CONTENTS



※今月の折り込みは「議会だより・介護予防基本チェックリスト」

# 4000食のレストラン

## 学校給食センターが平成27年度スタートします

# Awa産Our消

### 安全・安心で、同じメニューの給食を

阿波市の子どもたちに、新鮮で安全・安心な給食を提供するための学校給食センターを、市場町切幡字古田に建設することになりました。

学校給食は、子どもたちの心身の健全な発達に大切なものであり、食に関する正しい理解と適切な判断力を養う重要な役割を果たしています。

現在、市は小学校（10校）約2110食・中学校（4校）約1140食分の学校給食を配食しています。この給食は3つの学校給食センターで調理されており、板野郡西部学校給食組合学校給食センター（吉野町・土成町ほか2町）、市場学校給食センター（市場町）、阿波学校給食センター（阿波町）で、献立もそれぞれ異なっています。

新給食センター完成後は、平成26年9月から市場町及び阿波町の小中学校で給食の提供を開始し、平成27年度からは市内全ての幼稚園・小学校・中学校に通う子どもたちに「統一した献立」での給食提供を行います。

### 豊富で新鮮な、地元の農産物で給食を

近年「食」への関心が高まり、各地で安全性の問題や農業の活性化に向けた地産地消への取り組みが行われています。

阿波市は地味肥沃な土壌と温暖な気候のおかげで、豊富な野菜や畜産物に恵まれています。また、京阪神大都市圏に近い立地条件を生かし、高品質の農畜産物を供給する県下有数の農業地域として発展してきました。そのため出荷量などで県下一を誇る農産物が数多くあり、一大産地を形成しています。

このような背景のもと、「阿波市学校給食地産地消推進計画」を策定しました。

この計画は、これまでの小中学校児童・生徒に加え、幼稚園児への給食提供にも配慮し、阿波市で生産された農産物を阿波市に住む私たちが消費する「Awa産Our消」をスローガンに掲げています。

地産地消の阿波市スタイル形成の第一歩として、阿波市学校給食センターを「4000食のレストラン」と位置づけ、年間を通して学校給食に地場農産物を継続的に利用できるよう、これまでの供給体制を見直すと共に、安全・安心で新鮮な農産物の積極的利用に取り組むことを目的としています。

学校給食での地産地消率の目標数値は下表のとおりです。また、「阿波市学校給食地産地消推進計画」の全容は、阿波市ホームページに掲載しています。

### ◆学校給食での地産地消率の目標数値

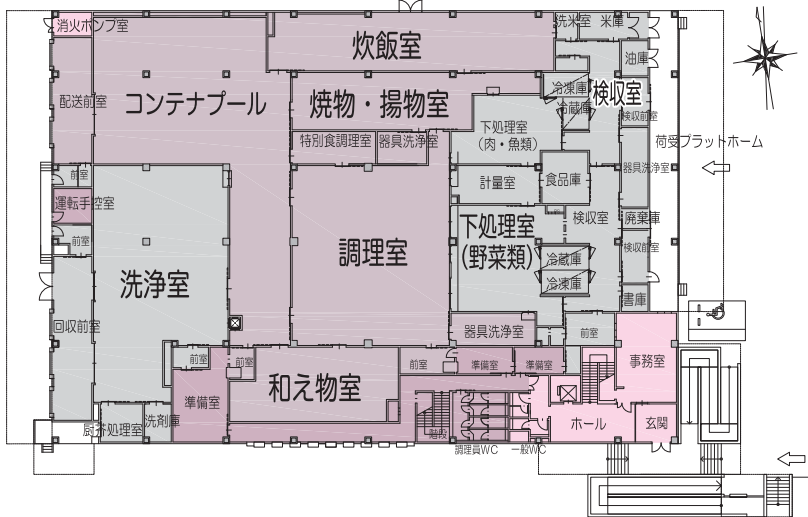
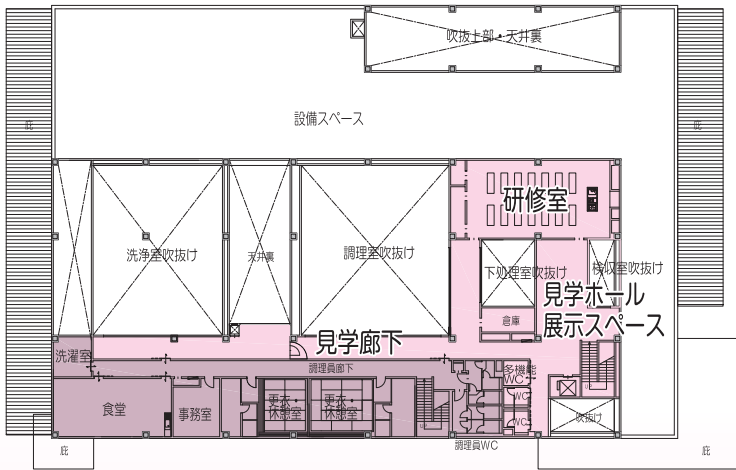
| | 平成23年度（現　状） | 平成27年度（計画初年度） | 平成31年度（計画５年目） | 平成36年度（計画10年目） |
|---|---|---|---|---|
| 農産物 | 21.5% | 45% | 55% | 65% |
| 米 | 78.1% | 100% | 100% | 100% |

※計画期間は、平成27年度から平成36年度の10年間

## 新たな供給体制づくり

「阿波市学校給食地産地消推進計画」では、新たな阿波市学校給食センターへ地元で採れた新鮮で安全・安心な農産物を大量に、しかも安定的に供給できる体制として、地元の生産販売組織であるＪＡなどの集荷販売力を生かした供給体制を基本に構築することとしています。

市内４つのＪＡや産直市の特長を生かした共同体が学校給食センターと生産者との間に立ち、年間を通して給食に利用できる地場農産物の数量や品目などを調整するコーディネーターとなって供給していく予定です。

今後は、新たな体制を軸に、学校給食への地場農産物の安定的供給を継続し、食育や地産地消、農業振興を推進するため、生産者やＪＡ、学校給食従事者、行政などがなお一層の連携を図りながら取り組んでいきます。

給食センター１階　平面図

給食センター２階　平面図

## 学校給食センターの概要と基本方針

**「オール電化厨房」**を採用し、適切な換気・空気調和設備により調理場の温度を25度以下、湿度80％以下の作業環境を確保し、また、**「ドライシステム」**を導入し、調理作業ごとに部屋を区別するなど、衛生管理の徹底を図ります。

調理過程を見ることができる**「見学廊下」**や食に関する研修会などが開催できる**「研修室」**を設け、食生活、地元食材や食の文化など、子どもたちや保護者はもとより、全ての阿波市民が**「食について学べる拠点」**として位置づけ、食育の推進を図ります。

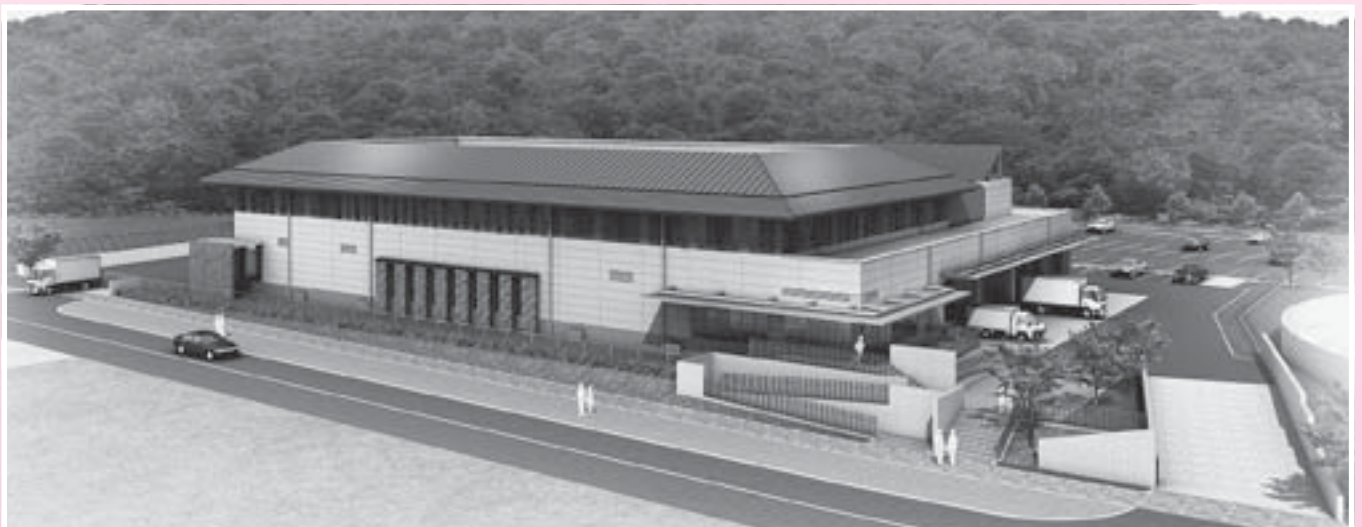
**「太陽光発電」**の導入や**「LED照明」**などの高効率機器を積極的に採用し、環境に優しい給食センターを目指します。

新学校給食センターの敷地面積は約6400㎡、建物は鉄骨造り地上２階建て、延べ面積は約2900㎡、調理能力は4000食です。工期は平成26年7月までです。

工事期間中は大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

【問い合わせ先】
教育総務課（吉野）
TEL ０８８（６９６）３９６６
学校教育課（吉野）
TEL ０８８（６９６）３９６７



※課名の後ろにある（阿波）、（市場）、（土成）、（吉野）は、その課がある庁舎（市役所・支所）を示しています。

# 阿波市議会 新議長・新副議長紹介

## 議長就任あいさつ

出口（でぐち） 治男（はるお）

市民の皆さまには、平素から市政と市議会に対しまして、格段のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

平成25年第1回臨時会におきまして、栄誉ある阿波市議会議長の要職に就くことになりました。誠心誠意、円滑なる議会運営に努めるとともに議会機能の向上のため、全力を傾注してまいります。

本格的な人口減少社会の到来、少子高齢化の進展、自然災害の増加など山積する課題の中、市政の発展と住民福祉の向上に向けて皆さまとともに取り組む所存です。

今後とも市民の皆さまには、市議会への一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げ、就任のあいさつといたします。

## 副議長就任あいさつ

笠井（かさい） 高章（たかあき）

この度、栄誉ある阿波市議会副議長に選任いただき、誠に光栄に存じますとともに、その責務の重大さを痛感し、身の引き締まる思いでございます。

近年、地方分権が進展し、地方自治体の権限役割が拡大する中で市議会の果たすべき役割もますます重要となっています。

議員一人ひとりがさらに自己研鑽に努め、議員全体のレベルの向上を図り、市民の皆さまの負託に応えていく努力をしてまいりますので、今後とも一層のご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

# 市民と行政のパイプ役

## ～総務大臣感謝状～

洙田（なめだ） 藤男（ふじお）さん
（市場町上喜来）

笠井（かさい） 恒美（つねよし）さん
（吉野町柿原）

行政相談員として行政相談員制度に貢献された洙田藤男さんと笠井恒美さんに、総務大臣感謝状が贈られ、4月24日に市長室で贈呈式がありました。

地域の事情に詳しく、行政運営に理解のあるお二人は、定例相談所などで市民からの国・特殊法人の業務に関する苦情相談に応じてこられました。

市民と行政とのパイプ役として貢献されたお二人に、徳島行政評価事務所長からも感謝の言葉が述べられました。

# 成人式の笑顔を撮影

加村（かむら） 政之（まさゆき）さん
（吉野町柿原）

日本きもの連盟が開催した「第15回きもの姿ほのぼのフォトコンテスト」で、吉野町の加村政之さんが「成人式お祝い賞」を受賞しました。

作品は1月4日に三好市で行われた成人式の一コマで、新成人が記念写真を撮影している様子を楽しく表しています。また、「第2回着物フォトコンテスト」（青山きもの学院主催）でも入選されました。

加村さんは「必ず撮影許可を取り、マナーを守って迷惑がかからないようにしています。写真をさし上げて、喜ばれるとうれしいですね」と話されています。

昨年秋には、写真撮影で知り合ったカップルの結婚式に招待され、披露宴で二人がモデルの受賞写真が紹介されたそうです。

「広報阿波」では叙勲や大臣賞、知事賞などを受けられた方を掲載させていただいていますが、全ての受章（賞）者を把握できません。

受章（賞）者がおられましたら、推薦者（団体）などは秘書人事課（阿波）までご連絡ください。

【連絡先】秘書人事課（阿波）広報担当 TEL 0883（35）7870

# シリーズ 新庁舎等建設工事 第2回

今月は、新庁舎及び交流防災拠点施設建設工事の概略工程をお伝えします。新庁舎などの建設工事は次のような概略工程表に基づき進めていく予定です。

### 阿波市新庁舎及び交流防災拠点施設建設工事工程表

| | 平成25年度 | | | | | | | | | | | | 平成26年度 | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 |
| 造成工事 | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | | | | | | | | | | |
| 基礎躯体工事 | | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | | | | | | | | |
| 地上躯体工事 | | | | | | | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | | | |
| 内装・外装工事 | | | | | | | | | | | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | |

**造成工事**

新庁舎などの建設工事は、まず造成工事からはじまります。造成工事は建設地の大部分を占める農地を新庁舎建設用地として整備する作業が中心となります。また、造成前と造成後の雨水の流出量を調整する調整池工事も含まれます。

**基礎躯体工事**

造成工事も中盤を迎えると、いよいよ基礎躯体工事に取り掛かります。基礎は建物の荷重を地盤に伝える重要な部分です。基礎躯体工事には地盤改良工事やコンクリート打設、免震装置の据付などが含まれます。

**地上躯体工事**

基礎躯体工事が終わると、続いて地上躯体工事に取り掛かります。地上躯体工事とは、建物の主要構造部となる壁、柱、梁、床、屋根などをつくる工事になります。鉄筋コンクリート造の庁舎棟では、1階部分から順次、配筋、型枠建込み、コンクリート打設の手順を繰り返し行っていく作業が中心です。

**内装・外装工事**

地上躯体工事が終わると工事もいよいよ最終段階を迎え、内装、外装工事が始まります。

内装工事は、サッシ取り付け、壁や天井のボード貼り付けに始まり、最終的にはカウンターなどの家具工事になります。外装工事は外壁タイルを1枚ずつ手作業で貼り付け、タイル目地を詰める地道な作業などが行われます。

※なお、外構工事などは順次別途発注していく予定です。

【問い合わせ先】庁舎建設課（阿波）　TEL 0883(35)4155

# 阿波市の名匠をご紹介します

宮田（みやた）　育典（やすのり）さん
（市場町香美）
阿波の名匠第67号

大内（おおうち）　幸弘（ゆきひろ）さん
（阿波町八丁原）
阿波の名匠第66号

木の良さを生かした木造住宅の普及と住環境、地球環境を考えた家づくりを推進する「徳島県木の家コンクール」（徳島県木造住宅推進協議会主催）で、阿波町の大内幸弘さんと市場町の宮田育典さんが、棟梁部門で県知事賞を受賞しました。

お二人は、地元の木を使って建てた家が気候風土に一番合っていると、県産材にこだわった家づくりをしています。

大内さんは幼い頃からものづくりや木造建築物に興味があり、大工の仕事に就きました。

「高温多湿の風土に適応する県産材を使用し、暮らしやすく安全な家を建てるのが自分の務めです。最近は県産材でできた耐震シェルターもあり、補助金もでます。良い家は人の生活や健康を守ります。若い人たちに、大工でなければできない技術を伝えたいと思っています」と話されています。

宮田さんは日本の古民家を台湾に移築するプロジェクトに参加したり、歴史的建造物の調査や修理に参加できる専門技術者「文化財マイスター」の資格を持ったりと、幅広い活動をしています。

「市内には見事な建物が多く残っています。先人からの財産である素晴らしい家をつくるためにも、文化財の保護や修復はとても大切です」と話されています。



※課名の後ろにある（阿波）、（市場）、（土成）、（吉野）は、その課がある庁舎（市役所・支所）を示しています。

# 3つの賞を受賞

## ポスターとして掲示されました

八幡小学校6年生
矢部優花さん

八幡小学校6年生の矢部優花さんが、「環境にやさしい農業絵画コンクール」で最優秀賞、「とくしまの子どものためのブックリスト100　POP部門」で県知事賞、「阿波の野菜クッキングコンテスト」で未来賞を受賞しました。

環境に優しい農業絵画コンクールの受賞作品はポスターとして、県内のスーパーマーケットなどに掲示されました。

ポスターになった作品の題は「有機栽培でおいしいきゅうり」。お母さんが家庭菜園で育てたきゅうりを、弟と一緒に収穫しているところが描かれています。

「影の部分を工夫して描きました。野菜をたくさん食べてほしいと思います」と話す矢部さんは、料理にも興味があり、「阿波deフェスタ」のクッキングコンテストにも大人と同じ条件で参加。見事、「未来賞」を受賞しました。

# ガンバレ！あわキッズ！

## 本、大好き！

### ～林幼稚園の読み聞かせ～

林幼稚園が子どもの読書を進める「読書の生活化プロジェクト」で徳島県教育長賞を受賞しました。

同園では、子どもたちに本を好きになってもらいたいと読み聞かせや本の貸し出し、図書カード作りなど、さまざまな活動をしています。

毎日行われる「読み聞かせ」の時間を園児たちはとても楽しみにしており、園児からのリクエストで日に何回か行われることもあります。

園で所有している絵本や図鑑などを借りて自宅で保護者と読んだり、図書カードの整理を体験したりして、子どもたちは本を通じて多くのことを学んでいます。

# 第2回「家族のきずな」エッセイ

『見直そう家庭の力、深めよう家族の絆』より⑤

このコーナーでは、平成24年に開催された「第２回家族のきずな」エッセイに入賞した阿波市の子どもたちの作文を紹介しています。

## 「三才の妹へ」

阿波中学校1年生　林　真歩

私は9年間一人っ子だった。お母さんに「弟か妹がほしい。」とたのんでいたが、私の願いはかなえられなかった。けど、2年生の時にお母さんのお腹に赤ちゃんが出来たことが分かり、本当にうれしくて、名前や、一緒にどんなことをして遊ぼうかと考え楽しかった。産まれてきた時、とても小さくてこわれそうだったけど、初めてだっこした時、泣かずにスヤスヤと私のうでの中で、ねむる妹を見て、心が温かくなった。3年経った今、あの天使のような妹は、今や小さなかいじゅうだ。学校の本は落書きだらけ部屋はあらされ、いなくなればいいのにと思うこともあり、私が思いえがいていた姉妹の関係とは、程遠かった。

でも、私がお母さんに怒られていた時、私とお母さんの間に入り、妹はわざと大きな声で、お母さんに話しかけていた。私を守ろうと妹なりに考えてくれたのだ。いや、いつも私がピンチの時、妹は精一ぱいの手をさしのべてくれていた。今は本気でけんかもしてしまうけれど、きっと私も妹がピンチの時は、誰よりも早く手をさしのべられると思う。産まれてきた時のうれしさよりも今の方が、「産まれてきてくれてありがとう。」と心から思える私がいるのだから。

阿波中学校１年生
林　真歩さん

# 市場ミッキーマウスバレーボールチーム優勝

4月6日・7日に市内6カ所の会場で行われた「第8回阿波すだちカップ」で市場ミッキーマウスバレーボールチームがブロック優勝しました。

昨年12月に先輩たちが卒業し、このメンバーでの優勝は初めてでした。力を合わせて頑張った結果を出すことができました。

同チームは毎週月・水・金曜日の午後7時から市場小学校体育館で練習をしています。仲間を大切に、楽しく、時には厳しく練習に励んでいます。

バレーボールに興味のある方、気軽に見学に来てください。体験入部は2週間参加できます。

【問い合わせ先】
TEL 090(9777)5793

# 阿波市の子どもたちが2位と3位

3月31日、「第6回香川近県青少年交流大会」（全日本少林寺流空手道連盟主催） 白・黄帯の部」で、岡田一冴君（大俣小学校2年生）が準優勝、三木亮太君（柿原小学校3年生）が第3位になりました。この大会の参加者は170人でした。

みき りょうた
三木 涼太君（柿原小学校3年生）
おかだ いっさ
岡田 一冴君（大俣小学校2年生）

二人は少林寺流錬心舘土成道場で、4歳から中学生の仲間と共に週2回練習しています。二人の真面目な姿と進歩は頼もしく、今後の大会が楽しみです。

# 少林寺拳法徳島大会で入賞

ひおか ゆうと
日岡 勇斗君（市場小学校4年生）

たかい りお
高井 梨愛さん（土成小学校2年生）

4月7日、鳴門市の大塚アミノバリューホールで開催された「2013少林寺拳法徳島県大会」で、徳島土成の高井梨愛さん、阿波市場の日岡勇斗君が「小学生7級から見習い単独演武の部」で入賞しました。

少林寺拳法は、心と体を鍛えることを目的とした護身術です。興味のある方、ぜひ見学にお越しください。

**練習日**

**徳島土成**
月曜日 土成小学校体育館
金曜日 土成トレーニングセンター
午後7時半から

**阿波市場**
市場武道館
火・土曜日 午後7時半から
日曜日 午後4時から
（火・日曜日は不定期）

# 西日本の頂点に!!
## ～日本拳法 西日本少年大会～

もりかわ のぼり
森川 昇理君（土成道場）

4月21日に大阪府守口市民体育館で開催された「第10回日本拳法西日本少年大会 中学2年の部」で、森川昇理君が優勝しました。

森川君は予選リーグから1本も失うことなく勝ち進み、決勝ではわずか数秒で2本を取って、西日本の頂点に輝きました。昨年の全国大会中学1年の部の優勝者である森川君は、現在敵なしといった状況です。

この大会は、西日本各地から総勢501名の小中学生が集まり、各学年男女別に分かれて予選はリーグ戦・決勝はトーナメント方式で試合を行いました。

森川君は9月に大阪で開催される全国大会に出場が決定し、連覇を狙います。

# 阿波市奨学金制度のお知らせ

阿波市では、「教育の機会均等」に資することを目的に奨学金を交付しています。

対象者は、学校教育法に基づく高等学校、特別支援学校の高等部、高等専門学校または大学に在学し、経済的な理由のため就学が困難で、かつ資格要件（所得基準など）を満たした方です。

## 1 奨学金の額

・高等学校など 月額 4,000円
・徳島県内の大学 月額 10,000円
・徳島県外の大学 月額 12,000円

※昨年度より、公立高等学校の授業料無償化制度を踏まえ、高等学校などの交付月額が変更されています。ご了承ください。

## 2 奨学金の募集期間

**6月3日(月)～28日(金)まで**

**この奨学金は毎年度申請しなければ交付を受けることができません。前年度に奨学金の交付を受けた方で本年度も希望される方は、必ず募集期間内に申請してください。**

申請書類などは6月3日より学校教育課(吉野)、市民課(阿波)、市場支所地域課及び土成支所地域課に備えてあります。
また、阿波市のHPにも掲載予定です。

詳しい内容などは、学校教育課(吉野)までお問い合わせください。
TEL 088(696)3967



※課名の後ろにある(阿波)、(市場)、(土成)、(吉野)は、その課がある庁舎(市役所・支所)を示しています。

うちのお医者さん

# ㊾毎日よく眠れていますか？

村上医院　阿波町大原　村上　平　先生

三年前この欄に元気に長生きするために（健康診断と睡眠）ということで主に健康診断のことをお話させていただきましたが、今回は睡眠について少し詳しくお話させていただきます。

まず健康な人の睡眠には二種類あり、浅い眠り（レム睡眠）と深い睡眠（ノンレム睡眠）が90分毎に一晩に4～5回繰り返すそうです。このリズムが乱れたり、睡眠時間が短くなったりすれば不眠となります。寝付きが悪かったり、眠りが浅く再々目が覚めたり、または朝早く目が覚める、そして熟眠感がないというような症状が一つでもあればこれは不眠なのです。

次に不眠の原因ですが、一つ目は何らかの病気で症状が夜間に起こる（リウマチ・喘息・前立腺肥大等）、二つ目は神経質でささいな事に悩む、三つ目は抑うつ状態、四つ目の不規則な睡眠習慣、五つ目は寝酒・コーヒー等の飲み過ぎによるもの、六つ目は※睡眠時無呼吸症候群等があります。この中で二つ目と三つ目の不眠はストレスによるもので、一番多い不眠の原因です。

前述の理由とは別に人は年を取るに従い夜眠れなくなります。また日常生活の中で些細な事が気になり過ぎたり、昼寝が長すぎたり（15分～30分までは良い）、運動不足になることによっても不眠となり、ひいては病気の原因となります。

それではどうすれば良く眠れるかといいますと、まずストレスをためず何事もプラス志向に考え、睡眠時間（理想としては午後11時から午前6時までの7時間）を大体一定にし、朝の太陽をあびて、適度に体を動かしてください。

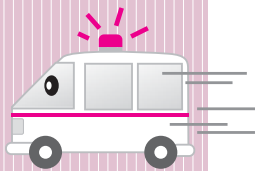
不眠が長期に渡って続く場合は心身症の病気を発症することがありますので、主治医の診断のもと、症状に応じて睡眠薬・抗うつ剤・抗不安薬を怖がらずに服用してください。

最後に最も不眠の原因となるストレスと密接な関係のある症状と病気を紹介しておきます。

- 肩こり（原因不明）
- 腰痛（原因不明）
- めまい（原因不明）
- 感冒
- 高血圧症（血圧の変動が大きい）
- 更年期障害
- 神経性腸炎（下痢・便秘）
- 胃潰瘍（ピロリ菌も関与）
- 認知症（うつにて悪化）
- 舌痛症（所見なし）
- 顎関節症（口が開かない）
- 喘息

これ以外にも心筋梗塞・脳梗塞・癌もストレスと大いに関係があると言われています。

**※睡眠時無呼吸症候群**
睡眠中に大きなイビキをかく人で、何回も呼吸が止まりぐっすり眠れない病気。

## 「人生、いろどり」を上映します

6/2(日)

奇跡の実話をもとに、上勝町を舞台に製作された映画です。

上映場所／阿波市農村環境改善センター
- 1回目　午前10時～
- 2回目　午後2時～
- 入場料　当日一般　1500円
　小・中・高生　800円

※入場券は、当日受付でお買い求めください。ただし、満席の場合は入場制限することがあります。開場は上映の30分前です。

会場では、上勝町と阿波市内の物産展を同時開催します。

主催／(社)阿波市社会福祉協議会
共催／阿波市・阿波市教育委員会
【問い合わせ先】
阿波市社会福祉協議会
TEL0883(36)5511

## 御所の郷　休館のお知らせ

天然温泉御所の郷は、リニューアル工事のため、6月1日から6月30日まで休館いたします。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

【問い合わせ先】
企画課(阿波)　TEL0883(35)3939

# こんにちは　阿波病院です。
## 健康相談をはじめました

阿波病院看護部　武田　昌子

新緑が眩しく感じる季節になりました。このたび、「健康相談」を始めましたのでご案内させていただきます。

昨年度は「地域に根ざした信頼と満足の得られるチーム医療の実践」をテーマに、看護部活動の方向性を導くためにアンケートを実施しました。関係者のご協力とお力添えをいただき「JA夢市場」と「JA市場」に伺うことができました。総勢208名の意見をいただきました。快く応じていただき感謝いたします。

多くの方から診察・検査・入院・手術・夜間診療などで阿波病院を利用していると答えていただきました。『ケーブルテレビや広報などで「高校生のふれあい看護体験」や「中学生の職業体験」を楽しみに見ている、人間ドックを利用している、看護師さんが優しい』などの感想の他に『薬の説明をしてほしい、待ち時間の改善をしてほしい、地域の行事に参加してほしい、健康相談をしてほしい』などの要望がありました。貴重なご意見は真摯に受け止め、これからの改善につなげていけるように努力いたします。

看護部は、要望の中にありました健康相談の実施を検討させていただき、下記の内容で平成24年12月より実現の運びとなりました。

4月18日(木)の健康相談では49名の利用がありました。

今後は心や体についての気がかりや問題を気軽に相談できる健康サポーターとして「健康相談」が定着することを願っています。

そして、皆さまの生活と地域に密着し、社会的貢献の一助になることで、阿波病院を身近に感じていただけるよう努力いたします。

皆さまのご利用をお待ちしています。

### 健康相談実施内容

●**実施場所**
JA夢市場正面入り口西側
(阿波市市場町大野島神77―1)

●**対象者**
健康相談を希望するあらゆる年齢層の方

●**実施担当者**
阿波病院看護部　看護師

●**実施日時**
偶数月の第3木曜日
午前9時~正午まで

●**今年度の予定**
6月20日・8月15日・10月17日・12月19日・2月20日

●**事業内容**
健康相談、介護相談、健康チェック(血圧測定・体脂肪率測定)、健康に関する情報提供

## 乳幼児等医療費受給者証の更新

市では乳幼児等医療費受給者証の自動更新を取り入れているため、更新の手続きは必要ありません。ただし、次の方は阿波市で所得の確認ができませんので、所定の手続きが必要になります。

●**平成25年1月1日に阿波市に住民票がない受給者(保護者)で、阿波市から児童手当を支給されていない方(公務員など)。**

●**子どもの住所は阿波市、受給者(保護者)の住所は阿波市外で、所得の確認ができない方。**

⇦ **平成25年1月1日時点の住所地での、平成25年度所得課税証明書の提出が必要です。**

●**自営業など所得の申告を行っていない方。**

**税務課(阿波)で所得の申告をしてください。**

※児童手当現況届を提出の際、所得課税証明書を提出された方は不要です。

所得の確認ができない場合は受給者証の発行ができません。該当される方は早めの手続きをお願いします。

新しい受給者証は7月末に送付予定です。

所得課税証明書は市民課(阿波)、子育て支援課(市場)、または吉野・土成各支所地域課へご提出ください。

【問い合わせ先】
子育て支援課(市場)　TEL0883(36)6813



※課名の後ろにある(阿波)、(市場)、(土成)、(吉野)は、その課がある庁舎(市役所・支所)を示しています。

# 介護保険料のお知らせ

**65歳以上の人（第1号被保険者）の介護保険料額は4月1日現在の賦課期日を基に、市民税確定後（6月）に所得に応じて決定されます。**

●平成25年度介護保険料は6月中旬にお送りする「介護保険料決定通知書」で、年間保険料と今後の年金天引きについてお知らせします（年金振込通知書には予定額が表示されています）。

●4月の保険料額は前年度の保険料額を基準に計算されています。住民税確定後は6月以降の保険料で調整するため、保険料額が毎回変更になる方もいますので、「介護保険料決定通知書」でご確認ください。

●普通徴収の方でも特別徴収に切り替わる該当月からは受給年金からの天引きになります。

**保険料は65歳になった日（誕生日の前日が属する月）から納めます。納め方は2種類に分かれます。**

## ○年金受給額が年額18万円以上の方

**特別徴収**　年金の定期払い（年6回）の際に、保険料があらかじめ差し引かれます

次の場合などは、特別徴収に切り替わるまで一時的に納付書（普通徴収）での納付となります。

●年度の途中で65歳になった方。

●年度の途中で他の市町村から転入した方。

●収入申告のやり直しなどで、保険料の所得段階が変更になった方。

●年度の初め（4月1日）の時点で年金を受けていなかった方。

●年金の現況届の提出が遅れた方、まだ提出していない方。

## ○年金受給額が年額18万円未満の方

**普通徴収**　送付される納付書で個別に納めていただきます

### 介護保険料の納期

| | 納　期 | 口座振替日 |
|---|---|---|
| 介護保険料 | 第1期 4月30日 | 4月30日 |
| | 第2期 7月　1日 | 7月　1日 |
| | 第3期 9月　2日 | 9月　2日 |
| | 第4期 10月31日 | 10月31日 |
| | 第5期 12月25日 | 12月25日 |
| | 第6期 2月28日 | 2月28日 |

※納期は偶数月の末日ですが、休日の場合は金融機関の翌営業日になります。

**納付書で納める方には、安心・便利な口座振替をおすすめします。**

通帳、印鑑、納付書をご持参のうえ、指定の金融機関までお申し込みください。

●申し込み日によって、振替の開始日が変わります。お申し込み時に必ず開始月をご確認ください。

●各納期には残高の確認をお願いします。また、振替口座の残高不足などで振替できなかった場合には、後日、送付する納付書により納付してください。

●口座振替の申し込みをされている方が特別徴収の対象となる場合は、自動的に特別徴収に切り替わりますので手続きの必要はありません。

### 介護保険料の納め忘れにご注意を

介護保険料の納め忘れ・滞納があると、介護サービス利用の際、いったん全額自己負担となったり、滞納期間に応じてサービス利用料が1割負担から3割負担へと変更になったりする場合がありますのでご注意ください。

【問い合わせ先】　介護保険課（市場）
TEL 0883(36)6814

# 在宅で介護している家族の方へ

## 紙おむつ・尿取りパッドの助成をしています
〈家族介護用品支給事業〉

市では、要介護認定で要介護4または5と判定された市民税非課税世帯の要介護者を、在宅で常時介護している家族などに対し、紙おむつ・尿取りパッドの購入助成をしています。

■対象者（両方に該当する方）
①阿波市内に住所がある要介護4または5の方を、在宅で常時介護している方（入院中・施設入所中は利用できません）。
②要介護者と介護している方の、両方の世帯全員が市民税非課税である方。

■支給額　月額6250円まで

■申請先　阿波市地域包括支援センター（市場）
市民課（阿波）／吉野・土成各支所地域課窓口

■問い合わせ先　阿波市地域包括支援センター（市場）
TEL 0883(36)6543

# 行政相談

お気軽にご利用ください

行政相談とは、国、県、市町村などの行政に関する苦情や要望、意見などを聞いて、それらの解決を図り、行政運営の改善に反映させるものです。

●6月の行政相談日
10日(月)市場総合福祉センター
17日(月)土成保健センター
18日(火)阿波健康福祉センター
25日(火)吉野地域福祉センター

時間は全て午後1時30分～4時です。
相談は無料で、秘密は固く守られます。

【問い合わせ先】
社会福祉法人　阿波市社会福祉協議会地域福祉課
TEL 0883(36)5511

# 健康診査を受けましょう

後期高齢者医療制度に加入されている方を対象に、糖尿病などの生活習慣病の早期発見や重症化の予防のため、健康診査を実施します。

健康診査の対象となる方には『健康診査受診券』をお送りしますので、ぜひ受診しましょう。

## 健康診査受診券をお送りする時期

**○入院をされていない方 または 生活習慣病と診断されていない方**

**平成25年8月（予定）**

入院をされていた方及び生活習慣病と診断された方は、すでに健康状態を把握され、医師の指導を受けていると考えられることから、健康診査の対象者から除いています。

※生活習慣病とは、生活習慣が発症原因に深く関わっていると考えられる病気で、糖尿病、高血圧性疾患、脂質異常症、虚血性心疾患、その他心疾患、くも膜下出血、脳内出血、脳梗塞、脳動脈硬化、その他脳血管疾患、動脈硬化があります。

**○右記以外の方で、平成25年4月以降に血液検査や尿検査をされていない方**

受診を希望される方は、平成25年8月以降に国保医療課（阿波）、吉野・土成・市場支所各地域の窓口に備え付けている健康診査申込書でお申込みください。締切りは平成25年11月末頃を予定しています。

**○平成25年1月1日から平成25年9月30日までの間に後期高齢者医療制度に加入された方**

加入時期に応じ、次のとおり5月から10月までの間に健康診査申込書を送付します。入院をされていない方または生活習慣病と診断されていない方で受診を希望される方は、広域連合事務局までお申込みください。受診券を後日送付します。

## 健康診査申込書の送付時期（予定）

①1月1日から3月31日までの間に加入された方……5月

②4月1日から5月31日までの間に加入された方……6月

③6月1日から7月31日までの間に加入された方……8月

④8月1日から9月30日までの間に加入された方……10月

**○平成25年10月以降に後期高齢者医療制度に加入される方**

後期高齢者医療制度の健康診査対象外となります。後期高齢者医療制度に加入するまでに、現在加入されている健康保険で健康診査を受診してください。

**○施設入所されている方**

障害者支援施設、養護老人ホーム、特別養護老人ホーム、介護保険施設などに入所されている方は、健康診査を受診することができません。

**健診項目**　身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査

**受診費用**　無料

**受診期間**　受診券を受け取られたときから平成25年12月末日まで

【問い合わせ先】　徳島県後期高齢者医療広域連合事務局事業課
徳島市川内町平石若松78番地1　TEL 088(677)3666

## 6月1日は人権擁護の日

皆さん、人権擁護委員制度をご存知ですか？6月1日は人権擁護委員法が施行された日です。

法務省及び全国人権擁護委員連合会では、6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、徳島県人権擁護委員連合会及び徳島地方法務局でも、この日を中心として人権擁護委員制度の周知と人権思想の普及、高揚に努めています。

人権は、人間が幸福な人生を送るうえで最も大切な権利です。自分だけでなく、全ての人の人権が尊重されなくてはなりません。国の内外を問わず、人々がお互いに人権を守ることによって明るい社会を作ることが、私たちの願いです。

阿波市人権擁護委員は人権相談や人権啓発活動などを実施し、住みよい明るい社会をつくるため貢献しています。

【問い合わせ先】　人権課（阿波）
TEL 0883(35)7873

## 平成25年度 阿波市まちづくり団体補助金制度のご案内

阿波市では、地域の活性化や課題解決に向け、地域活動を企画し実行する団体に対し、事業に係る経費を予算の範囲内で支援します。

【補助金額】　1団体につき5万円以内

【手続き】　平成25年6月21日（金）までに、企画課（阿波）へ申請してください。申請様式は企画課（阿波）及び各支所地域課で配布しています。

【問い合わせ先】　企画課（阿波）
TEL0883(35)4112

暮らしのお知らせ



※課名の後ろにある（阿波）、（市場）、（土成）、（吉野）は、その課がある庁舎（市役所・支所）を示しています。

## 平成25年度の市・県民税(住民税)から生命保険料控除が改正されます

今回の改正では、生命保険料控除の合計適用限度額の7万円に変更はありませんが、従来の一般生命保険料控除（改正前：適用限度額3・5万円）と個人年金保険料控除（改正前：適用限度額3・5万円）に、介護医療保険料控除が新設され、それぞれの保険料控除の適用限度額が2・8万円へと変更されました。

ただし、平成23年12月31日以前に締結した保険契約は、従前の一般生命保険料控除及び個人年金保険料控除の適用限度額である、それぞれ3・5万円がそのまま適用されます。

### ◆新契約に係る控除額の計算

一般の生命保険料控除、個人年金保険料控除、介護医療保険料控除の控除額は、次の表のとおり計算します。

表1

| 支払保険料の金額 | 生命保険料控除額 |
|---|---|
| 12,000円以下 | 全　額 |
| 12,000円超32,000円以下 | 支払保険料の金額×1/2＋6,000円 |
| 32,000円超56,000円以下 | 支払保険料の金額×1/4＋14,000円 |
| 56,000円超 | 28,000円 |

＊一般生命保険料控除、個人年金保険料控除、介護医療保険料控除の合計で70,000円が限度額

### ◆旧契約に係る控除額の計算

従前の計算方法が適用されます。

表2

| 支払保険料の金額 | 生命保険料控除額 |
|---|---|
| 15,000円以下 | 全　額 |
| 15,000円超40,000円以下 | 支払保険料の金額×1/2＋7,500円 |
| 40,000円超70,000円以下 | 支払保険料の金額×1/4＋17,500円 |
| 70,000円超 | 35,000円 |

＊一般生命保険料控除、個人年金保険料控除の合計で70,000円が限度額

### ◆新契約と旧契約の双方で保険料控除の適用を受ける場合の控除額の計算

新契約と旧契約の、双方の支払保険料を一般の生命保険料控除または個人年金保険料控除の適用を受ける場合には、一般の生命保険料控除または個人年金保険料控除の控除額は、それぞれ次のアおよびイの金額の合計額(上限28,000円)になります。

ア　新契約の支払保険料は、右記の表1により計算した金額

イ　旧契約の支払保険料は、右記の表2により計算した金額

## 平成25年度市・県民税の納期

| 平成25年度　市・県民税の納期について | | |
|---|---|---|
| 期　　別 | 納　期　限 | 口座振替日 |
| 第　1　期 | 7月　1日 | 7月　1日 |
| 第　2　期 | 9月30日 | 9月30日 |
| 第　3　期 | 12月25日 | 12月25日 |

市・県民税　第１期の納期限は

**7月1日**

※税金の納付は、安心・便利な口座振替を利用しましょう。

【問い合わせ】　税務課(阿波) 市民税担当　TEL0883(35)7810

募集のお知らせ

## 市場高齢者共同生活施設の入居者募集

旧市場町日開谷小学校を改修した、高齢者の生活不安や孤独感の解消を図りながら介護予防サービスを提供して、自立を支援している高齢者向けの住宅です。

部屋は冷暖房完備・バリアフリー仕様です。安心して生活できる居住環境であり、花や野菜作りも楽しめます。また、入居者の方と一緒に参加できる、料理教室・入浴サービス・介護予防教室・世代間交流会などの催しも行っています。

◆所在地　市場町日開谷字野田原25番地

◆募集室数　2室

◆家　賃　月1万円

◆申込期間　6月3日(月)～6月14日(金)(土・日を除く)

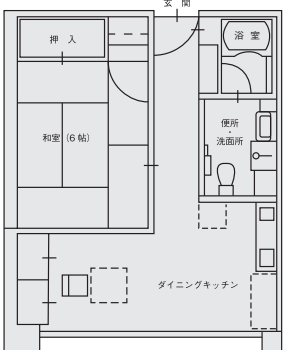
◆申し込みできる方

阿波市民でおおむね65歳以上の自立者で、独居世帯またはその同居者が配偶者若しくは高齢者であり、世帯の年間所得が130万円以下である方

◆必要書類

入居申込書（連帯保証人2名必要）、課税証明書、納税証明書、住民票謄本、その他必要書類

●詳しくは、左記までお問い合わせください。

社会福祉課(市場)　TEL0883(36)6811

※平面図

# 緊急速報メールの運用を開始しました

阿波市では、避難勧告などの緊急情報を音声告知機や屋外拡声器でお伝えすることとしていますが、より多くの方にお伝えするため、市内にいる人に緊急情報のメール配信を行います。

## 緊急速報メールとは

阿波市が、避難勧告などの災害、避難情報を、市内にいる人の携帯電話（NTTドコモ、au、ソフトバンク）へ一斉にメール配信するものです。

## 配信される情報

避難勧告などの災害、避難情報
気象庁の緊急地震速報、津波速報

## 緊急速報メールの特徴

受信するための事前登録などは不要です。受信料や月額使用料など費用は無料です。受信すると、専用の着信音が流れ、ポップアップ表示されます。

阿波市全域へメール配信するため、市内にいる人は受信することができますが、阿波市外にいる人の携帯電話へはメール配信されません。



## その他

一部受信できない機種、受信設定の必要な機種がありますので、詳しくは各携帯電話会社ホームページ、またはお近くの店舗へお問い合わせください。

【問い合わせ先】防災対策課(阿波) TEL0883(35)4166

## 「徳島県南海トラフ巨大地震等に係る震災に強い社会づくり条例」が制定されました

徳島県は、讃岐山脈南縁部に「中央構造線」が縦断しており、万一、中央構造線活断層帯を震源とする直下型地震が発生すれば甚大な被害があると予想されています。

同地震の発生確率は30年以内でほぼ0%～0.3%と極めて低いものの、県は「徳島県南海トラフ巨大地震等に係る震災に強い社会づくり条例」に関する「特定活断層調査区域(案)」及び「活断層の調査を推奨する区案(案)」を公表しました。

区域図は徳島県と阿波市のホームページや、防災対策課（阿波）及び各支所地域課で閲覧できます。

# 阿波市の木で建てる新築住宅に補助金

## 阿波市木造住宅建築推進事業費補助金を新設しました

市は、市産材などの需要拡大、市内木造住宅建築関係事業の活性化、及び定住の促進を図ることを目的に補助金を設置しました。

**平成25年6月1日から7月31日**まで、応募を受け付けています。

### ●補助対象住宅

・市産材を主要部材の**60%以上使用**し、住宅部分の床面積が**40㎡以上280㎡以下**の木造専用住宅。または延べ床面積の2分の1以上を住宅部分が占める店舗や事務所併用住宅。
・建築基準法など関係法令の基準を満たしている木造住宅。
・設計、工事監理、建築をする人が阿波市内に住所・事務所を有すること。

### ●補助対象者

・阿波市に居住（または居住予定）し、自分が住むための住宅を建築する方
・同居する全ての方に市税などの滞納がないこと。

詳しくは左記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】農地整備課(阿波) TEL0883(35)4160



※課名の後ろにある(阿波)、(市場)、(土成)、(吉野)は、その課がある庁舎(市役所・支所)を示しています。

# 阿波市ファミリー・サポート・センター

地域で子育て応援しよう♪

## ～チャイルドヨガ＆マッサージ～

**6月28日（金） 10時30分～11時30分**

場　所：市場コミュニティーセンター 和室
講　師：ママと赤ちゃんのトータルサロン mana*
定　員：10組（先着順）
申　込：阿波市ファミリー・サポート・センター　TEL0883(36)3520
持ち物：バスタオル１枚、フェイスタオル１枚　飲み物
※動きやすい服装でお越しください。

参加者募集！
無料託児有り！

チャイルドヨガもマッサージも親子の絆を深めるスキンシップの１つです。ヨガでは、親子で一緒にリズムに合わせて楽しくカラダを動かします。次にマッサージ。お肌にやさしいオイルを使って子どもさんに触れてみましょう。ママの手のぬくもりを感じながらお子さんもリラックスモードに。
親子で HAPPY な時間を過ごしてみませんか♪

### 提供会員大募集

**登録・無料**

子育てのお手伝いをしてみませんか？
特別な資格はいりません。子どもの健康・育児などに関する講習を受けていただきます。

### ファミサポからのお願い

不要なチャイルドシート・ジュニアシートがあればお譲りください。
お願いします。

### 阿波市ファミリー・サポート・センター活動状況

平成25年3月末現在

【会員数】

| 会員 | 人数 |
|---|---|
| 依頼会員 | 170 人 |
| 提供会員 | 68 人 |
| 両方会員 | 23 人 |
| 合計 | 261 人 |

**お問い合せ お申し込み**

**阿波市ファミリー・サポート・センター**
TEL＆FAX 0883(36)3520
〒771-1695
阿波市市場町字上野段 381-5
市場支所２階　子育て支援課内

## あなたは「第3号被保険者」ではありませんか？

大切な年金のお知らせ

第２号被保険者（厚生年金保険や共済組合に加入している方）に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者は、第３号被保険者として国民年金に加入していただきます。

加入手続きは、第２号被保険者の勤務先を経由して行うことになります。国民年金保険料は、第２号被保険者の加入している年金制度が負担しますので、ご自分で納める必要はありません。

※第３号被保険者に該当したときの届出以外に、第２号被保険者が転職や退職したとき、住所に変更があったときにも次のような届け出が必要です。

| こんなとき | 被保険者種別 | 届出先 |
|---|---|---|
| ・配偶者である第２号被保険者が会社を退職したとき<br>・配偶者である第２号被保険者の扶養から外れたとき<br>・配偶者である第２号被保険者と離婚したとき<br>・配偶者である第２号被保険者が65歳になったとき | 第３号→第１号 | 市民課（阿波）または各支所地域課（住所地の市町村） |
| ・本人（第３号被保険者）が就職して厚生年金や共済組合に加入したとき | 第３号→第２号 | 勤務先 |
| ・配偶者である第２号被保険者の加入する被用者年金制度が変わったとき（例えば厚生年金から共済組合） | 第３号→第３号（種別は変わりませんが届け出は必要です） | 第２号被保険者の勤務先 |
| ・本人の住所が変わったとき | | 第２号被保険者の勤務先 |

【問い合わせ先】
徳島北年金事務所 TEL０８８(６５５)０９１１　または
市民課（阿波）TEL０８８３(３５)７８００

# 児童手当のお知らせです

## 平成25年度　児童手当　現況届

児童手当受給者は年に1回、現況届の提出を義務づけられています。該当される方には通知をお送りしますので、内容をご確認・ご記入の上、必ず届け出をされるようお願いします。

未提出の場合は、6月分からの児童手当を受給することができません。所得の申告もあらかじめお済ませください。

**（1）持参するもの**

○印鑑
○現況届（個別通知と一緒にお送りします）
○受給者（保護者）本人の健康保険証
○年金加入証明書（建設国保、医師国保で厚生年金加入者のみ必要。該当される方は申し出てください。）
○平成25年1月1日に阿波市に住民票がない方は、前住所地の平成25年度所得課税証明書（所得と扶養の数がわかるもの）1通
○児童と別居の場合は、別居監護申立書及び児童の世帯全員の住民票（市外の場合のみ）1通
※その他必要に応じて提出する書類があります。

**（2）現況届手続きの日程**

（各会場　午前9時～午後4時）

6月12日（水）・13日（木）
吉野保健センター　ひまわり
6月14日（金）・17日（月）
土成支所　地域課
6月18日（火）・19日（水）
子育て支援課（市場支所2階）
6月20日（木）・21日（金）
阿波保健センター（玄関東側集団検診室）

☆指定日に来られない方は、子育て支援課（市場）へお越しください。

【問い合わせ先】　子育て支援課（市場）　TEL 0883(36)6813

---

着付け講座

## 浴衣で夏を楽しもう！

夏祭り前に着付けを習ってみませんか？　簡単に着られて着崩れしにくい着付けの仕方です。

●日　時　6月28日（金）
午後7時30分～午後9時
●場　所　阿波市勤労青少年ホーム
●対象者　阿波市勤労青少年ホームに利用登録をしている勤労青少年（初めて勤労青少年ホームを利用される方は、講習日に利用登録をしてください。登録料は年間1000円です）。
●講　師　髙橋　康子先生
●参加費　無料
●準備物
（女性）浴衣、帯、腰ひも1本、コーリンベルト1本、胴巻き、あれば前板
（男性）浴衣、角帯、腰ひもか男性用のベルトどちらか1点
●定　員　20名程度
●申し込み締め切り
6月21日（金）

【申し込み・問い合わせ先】
阿波市勤労青少年ホーム事務局
TEL 0883(36)6464　FAX 0883(36)6551
月～金　午前9時～午後3時45分／木のみ　午後3時～午後9時45分

---

## 命を救う、力を合わせよう

赤十字活動資金（日赤社費）募集へのご協力をお願いします

日本赤十字社は、「苦しんでいる人を救いたい」という思いを結集して、皆さまから寄せられる日本赤十字社活動支援費（日赤社費）で、いのちと健康、尊厳を守る人道活動を行っています。

阿波市では現在社費募集中です。自治会、日赤奉仕団（婦人会）の皆さんにとりまとめをお願いしていますので、ご協力をよろしくお願いします。

社費は、社会福祉課（市場）、市民課（阿波）、土成・吉野支所地域課で受付しています。

赤十字へのご支援をお願いします。

【問い合わせ先】社会福祉課（市場）
TEL 0883(36)6811

---

## 6月のベビー＆キッズ情報

就学前の小さなお子さまと、一緒にお出かけしませんか？気軽に参加できる子育て関係の事業などをご紹介します。（なお、事業は都合により変更されることもあります。詳しいことは、各連絡先へお問い合わせください）

| 開催日 | 名称 | 開催時間など | 開催場所 | 問い合わせ・申し込み電話番号 |
|---|---|---|---|---|
| 月曜日～金曜日 | 子育て支援センター　さくらんぼルーム | 9:00～16:00 | 子育て支援センター　さくらんぼルーム（旧日開谷幼稚園） | TEL0883(36)6824 |
| 毎週火曜日・金曜日 | わんぱく広場（0～3歳） | 9:00～16:00（12:00～14:00は除きます） | 土成子育て支援センター | TEL088(695)5681 |
| 毎週月曜日・水曜日・木曜日 | 土成中央保育所園庭開放日 | | 土成中央保育所園庭 | |
| 5日（水） | たんぽぽサロン | 10:00～15:00　参加費　ひとり　50円 | 吉野地域福祉センター　こすもす | TEL088(696)2386 |
| | 子育てひろばちょこ | 9:30～11:30　参加費　一家族100円 | 阿波健康福祉センター　バーベナの里 | TEL0883(35)6033 |
| 10日（月） | 子育てサロンぱんだ | 9:30～11:30　参加費　ひとり　30円 | 市場総合福祉センター | TEL0883(36)5511 |
| 12日（水） | たんぽぽサロン | 10:00～15:00　参加費　ひとり　50円 | 吉野地域福祉センター　こすもす | TEL088(696)2386 |
| 15日（土） | なかよしキッズ | 13:30～　参加費親子で　300円 | 吉野地域福祉センター　こすもす | TEL088(696)2386 |
| 19日（水） | たんぽぽサロン | 10:00～15:00　参加費　ひとり　50円 | 吉野地域福祉センター　こすもす | TEL088(696)2386 |
| | 子育てひろばちょこ | 9:30～11:30　参加費　一家族100円 | 阿波健康福祉センター　バーベナの里 | TEL0883(35)6033 |
| 24日（月） | 子育てサロンぱんだ | 9:30～11:30　参加費　ひとり　30円 | 市場総合福祉センター | TEL0883(36)5511 |
| 26日（水） | たんぽぽサロン | 10:00～15:00　参加費　ひとり　50円 | 吉野地域福祉センター　こすもす | TEL088(696)2386 |

※課名の後ろにある（阿波）、（市場）、（土成）、（吉野）は、その課がある庁舎（市役所・支所）を示しています。

# 阿波市地域包括支援センターです

## 介護保険の認定を受けられていない65歳以上の方へ

介護予防基本チェックリスト(今月の広報阿波折り込み)で確認してみましょう!!

私の生活機能は大丈夫!?

### 基本チェックリストをつけて提出しましょう!!

①広報に折り込まれている水色の用紙(介護予防基本チェックリスト)をご覧ください。
②介護予防基本チェックリストに氏名、住所などの必要事項を記入してください。
③現在の健康状態を選んで○を付けてください。
④1～25までの質問事項を読んで、「はい」か「いいえ」に○を付けてください。12は身長と体重を記入してください。
⑤ひとり一枚の提出をお願いします。

**提出先**

阿波市地域包括支援センター(市場)
市民課(阿波)
土成・吉野支所地域課
●用紙を備え付けてあります。

**土成・吉野町の方**

5月下旬に個別通知しています。同封の返信用封筒に入れて切手を貼らずにポストへ入れてください。

**対象者**

平成25年4月30日現在65歳以上で、介護保険要支援・要介護認定を受けていない方。

**提出期間**

平成25年6月28日(金)まで

### 基本チェックリストのつけかた

簡単な質問ですので深く考え込まず、気軽な気持ちで答えてください。

**回答に迷いやすい質問項目**

**問一　バスや電車で一人で外出していますか**

家族などの付き添いなしで、ご自分で自転車や車を運転したり、1人でバスやタクシーを利用したりして外出していれば「はい」と回答してください。

**問二　日用品の買い物をしていますか**

自分で外出したり、宅配サービス(生協など)で注文したりして、必要な物を買えていれば「はい」と回答してください。電話での注文のみで買い物をされている場合は「いいえ」となります。

**提出していただいた方に**

外出する、食事する、趣味を楽しむなどの日常生活を送るために必要な機能(生活機能)の低下が見られないか判定します。

**生活機能の低下がみられた方のみ**に介護予防事業の案内通知を送ります。

**介護予防事業に参加すると**

阿波市内の指定事業所や体操教室に一定期間通所し、専門職員と一緒に介護予防について学びます。正しい介護予防の方法を習得して生活機能を向上させましょう。

【問い合わせ先】阿波市地域包括支援センター(市場)　TEL.0883(36)6543　FAX.0883(26)6054

# 『阿波市男女共同参画審議会』の委員を募集します

阿波市では、阿波市男女共同参画基本計画が平成25年度をもって終了することから、これまでの成果と課題を踏まえ、現在の社会情勢及び市民の意識、価値観の変化に対応した「阿波市男女共同参画基本計画(第2次)」を策定します。

このたび、市民の皆さんのご意見・ご提案をいただくため、阿波市男女共同参画審議会委員の一部を募集します。

**1 会議の名称**
阿波市男女共同参画審議会

**2 応募資格**
●阿波市内に居住する20歳以上の方
●男女共同参画計画の策定に対し関心をお持ちの方
●平日の日中に開催される審議会に出席できる方

**3 募集人員**
2名程度

**4 委員の任期**
委嘱の日から平成26年3月31日まで

**5 委員の報酬**
日額　6200円

**6 開催回数**
4回～5回程度(予定)

**7 応募方法**
企画課(阿波)、各支所地域課に設置及び阿波市ホームページ内に掲載している応募用紙に必要事項及び指定する小論文をご記入のうえ、企画課(阿波)まで郵送・FAX・電子メール、または直接ご持参ください。

**8 募集期間**
平成25年6月3日(月)から6月14日(金)午後5時15分(必着)
※ただし、郵送による場合は、当日消印有効。企画課(阿波)窓口受付は、土曜日及び日曜日を除く午前8時30分～午後5時15分までです。

**9 選考方法**
書類選考とし、選考結果は応募者全員に文書で通知します。

**●応募及び問い合わせ先　企画課(阿波)**
〒771-1792　阿波市阿波町東原173番地
TEL　0883(35)4112(直通)
FAX　0883(35)6753

# 阿波市以外のお知らせ

## 労働保険の年度更新

本年度（平成25年度）の労働保険年度更新は6月3日から7月10日までとなっています。平成24年度分の確定保険料と、平成25年分の概算保険料の申告・納付手続きを「労働保険確定・概算保険料申告書」により、7月10日(水)までに行ってください。

【問い合わせ先】徳島労働局　労働保険徴収室
TEL088(652)9143

## 奨学生募集　～交通遺児育英会～

交通遺児育英会は、保護者が交通事故で死亡、または重い後遺障害のため働けず、経済的に修学が困難な生徒・学生の支援をしています。同一世帯、同一学校から何人でも応募できます。

交通遺児育英会は、本会の制度を知らないために経済的理由で進学を断念する人が一人もないように願って、事業を進めています。詳しくは左記へお問い合わせください。

【問い合わせ先】公益財団法人　交通遺児育英会
（直通電話）TEL03(3556)0773
（フリーダイヤル）0120-521286

ホームページアドレス　http://www.kotsuiji.com

## オープンスクールのお知らせ

●日　時　①7月19日（金）13：00～16：00
②7月20日（土）9：00～12：00
●場　所　東徳島医療センター附属看護学校
●内　容　公開講座「血管音てこんな音?」（仮）
看護技術体験（シミュレータ人形での技術体験・妊婦体験・車いす移動・手洗い法など）
在校生との座談会
●参加費　無料
●申込締切日　7月5日（金）
※参加日時を選んで、左記の電話番号へおかけください。
【問い合わせ・申込先】
独立行政法人国立病院機構東徳島医療センター附属看護学校 事務室　TEL088(672)4534

## 高齢・障害・求職者雇用支援機構職業訓練生募集

再就職をめざす求職者の方を対象に職業訓練を実施しています。入所を希望される方はご相談ください。

●住環境計画科
住宅の営業職またはアドバイザーを目指し、建築関連知識から内装・設備、特に省エネ関連の知識・技術、クライアントに最適な住空間の計画・提案をするための知識・技術の習得を目指します。
〔訓練期間：8月1日(木)～1月31日(金)〕
●対象者
公共職業安定所に求職の申し込みをしている方など。
※選考があります。詳しくはお問い合わせください。
※受講料は無料、テキスト代などは必要です。
●募集期間　6月3日(月)～7月8日(月)
【問い合わせ先】（土日祝を除く、平日9：00～17：00）
独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構
徳島職業能力開発促進センター
TEL088(654)5102

## テクノスクール　職業訓練生募集

県立西部テクノスクールでは、医療事務科の職業訓練生を募集しています。

●対象者　離職・転職される方で、公共職業安定所長から受講指示または受講推薦を受けた方
●申込日　6月11日（火）まで
●募集定員　医療事務科14人（同母子事業）1人
●訓練期間　7月10日～10月9日
【問い合わせ先】西部テクノスクール
TEL0883(62)3067

## 私は守ります。電波のルール

6月1日～10日は「電波利用環境保護周知啓発強化期間」です。私たちの暮らしに大切な電波を、不法な電波で荒らされると社会は大混乱します。電波の利用には、原則、免許が必要です。

電波障害などの申告・ご相談は四国総合通信局までお願いします。

【問い合わせ先】総務省　四国総合通信局
TEL089(936)5055

## 薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ」

薬物乱用は一部の人の問題ではなく、身近な問題です。正しい認識を共有することがとても大切です。

### 地域社会の中での取組

薬物乱用を防止する明るい社会環境を作る。

### 家庭での取組

薬物乱用防止について話し合う機会を持つ。

徳島県薬物乱用防止鴨島地区協議会では、「新国際薬物乱用根絶宣言」（2009～2019）支援事業の一環として「6・26ヤング街頭キャンペーン」と「街頭募金活動」を今年も実施します。皆さまのご協力をお願いします。

### 「6・26ヤング街頭キャンペーン」

日時　6月29日(土)　午前10時～正午
場所　キョーエイセレブ店頭・マルヨシセンターアクアシティ店頭
内容　吉野川保健所管内中学生、指導員などを中心に街頭キャンペーンと国連支援募金を実施します。

### 「街頭募金活動」

期間　6月20日(木)～7月19日(金)まで
内容　地域団体キャンペーン協力店、市役所および各支所などに募金箱を設置します。

【問い合わせ先】
吉野川保健所　生活衛生担当
TEL0883(36)9016

# 農家の皆さまへ！

## 平成25年度阿波市単独補助事業募集のご案内

県内一の農業地帯である阿波市では、魅力的な農業の確立を図り、将来の目指すべき姿を明らかにするため阿波市農業振興計画を策定しています。その実現に向け、昨年度に引き続き「活力ある阿波市農業振興事業」を実施します。

### 加工品等開発推進事業補助金

農畜産物を使用した販売を目的とする加工品を阿波市ブランドとして認知の向上を図り、販路拡大を進めるため、新たな加工品の開発に必要な試作、研究、研修などにかかる費用を予算の範囲内で支援します。

【対象者】
新たな加工品を開発しようとする団体及び個人事業者

【補助金】
補助対象経費のうち10万円以内

### 阿波市農業フォローアップ事業補助金

阿波市の優れた多くの農産物の中から阿波市農業振興計画重点プロジェクト推進会議で選定する「ブランド育成品目」の生産拡大や品質向上に向けた取り組みに対し、市単独によるきめ細かな農業の振興策を講ずるため、共同利用を行う農業用機械などの導入費に対して予算の範囲内で支援します。

※既に普及しているものや汎用性の高いもの及び事業効果の少ない農業用機械などは対象外です（既に普及しているものとは、当該地域で多数の農家が個人レベルで既に保有し、利用しているもので、具体的には、管理機、耕耘機、動力噴霧器、汎用性トラック、ダンプカー、田植機、トラクター、コンバイン、穀類乾燥機、籾すり機などです）。ただし、集落営農の設立時に機械を購入する場合は、補助対象となる場合があります。

【対象者】
集落営農組織、農業協同組合、農業協同組合生産部会、生産者の組織する団体など

※生産者の組織する団体とは、3戸以上で構成され、代表者や組織及び運営に関する規約が定められていること。

【補助金】
補助対象経費の10分の2（上限200万円）

### ブランド化農産物展示圃設置事業補助金

阿波市の優れた多くの農産物の中から阿波市農業振興計画重点プロジェクト推進会議が選定する「ブランド育成品目」の栽培の普及、技術の改善及び優良品種などの確保を図るため、生産者の組織する団体などが展示圃を設置する場合に必要な経費を支援します。

【対象者】
農業協同組合、生産者の組織する団体、集落営農組織など

【補助金】
補助対象経費のうち10万円以内

### 地産地消型簡易加工施設整備事業補助金

地産地消や地域に根ざした産業の活性化を促進するため、阿波市内で生産された農畜産物を使用し、販売を目的とする加工品を製造する簡易な加工施設の整備に要する費用を予算の範囲内で支援します。

【対象者】
地場産品を使用し販売目的の加工品を製造する施設を整備する団体及び個人事業者

【補助金】
補助対象経費の2分の1（上限50万円）

### 集落営農組織モデル支援事業補助金

担い手不足や耕作放棄地の解消、農業用機械などのコストを削減し、営農を持続または改善できる集落営農組織の設立を、阿波市内の広範囲にわたって継続的に推進するため、モデル事業として積極的に取り組んでいただける集落に対して、組織設立に必要な会議費・研修費・事務費などの必要な経費を予算の範囲内で支援します。

【対象者】
集落営農に取り組もうとする意欲ある団体

【補助金】
補助対象経費のうち30万円以内

### 農業法人推進支援事業補助金

農業経営を法人化した場合、経営体としての継続性が確保されるとともに、経営管理能力の向上、労働環境の改善、対外信用力の向上などの農業経営の改善・発展のための利点があることに加え、地域における就業の場の確保に資することなどさまざまな利点があることから、法人化に向けた取り組みに必要な会議費・研修費・事務費などの経費を予算の範囲内で支援します。

【対象者】
農業法人化に取り組もうとする意欲ある方

【補助金】
補助対象経費のうち5万円以内

### 手続き

【申請】
申請を希望する場合は、平成25年6月28日(金)までに、農業振興課(阿波)で事前にご相談のうえご提出ください。

【注意】
受付期間に係わらず、補助金申込額が予算の範囲を超えた時点をもって、申込受付を終了させていただきます。

【問い合わせ】
農業振興課(阿波)
〒771−1792
阿波市阿波町東原173番地
TEL 0883(35)4113

新規就農者の皆さんへお知らせ

# 青年就農給付金の募集のご案内

市は、新規就農者の育成を目的に青年就農給付金制度を実施しています

次の給付要件を満たした新規就農者を対象に年間150万円（最長5年間）の支援を行います。

**◆給付要件（すべて満たすこと）**

①独立・自営就農時の年齢が45歳未満で、農業経営者になる強い意欲を有していること。

②次に掲げる要件を満たす独立・自営就農であること。

ア　本人名義で、農地の所有権または利用権を有していること。

イ　本人名義で、主要な農業機械・施設を所有または借りていること。

ウ　本人名義で、生産物や生産資材などの出荷・取引をしていること。

エ　本人名義の通帳・帳簿で、農産物の売上げ、経費支出などの経営収支を管理していること。

オ　本人が農業経営の主宰権を持っていること。

③平成21年4月以降に農業経営を開始していること。

④農業経営開始後5年後には、農業で生計が成り立つ経営開始計画であること。

⑤市が作成する『人・農地プラン』の中心となる経営体として位置付けられるか、位置付けられることが確実と見込まれる方であること。

⑥前年の総所得が250万円未満であること。

⑦生活保護費など、生活を支給する国・県・市の他の事業の給付を受けていないこと。

⑧市税などに滞納がないこと。

**◆募集期間**

平成25年6月7日(金)まで

※青年就農給付金は、すべての給付要件を満たしていても必ず交付されるものではなく、経営開始計画と添付書類の内容審査及び個人面接により給付対象者を決定します。なお、給付の対象になった人でも、給付要件を満たさなくなった場合は、給付の停止及び返還が必要となります。

詳しくは左記へお問い合わせください。

**農業振興課(阿波)**　TEL0883(35)4113

# 経営所得安定対策の受付をしています

◎受付期限　平成25年7月1日(月)まで

◎受付場所　農業振興課（阿波）・各支所地域課、または、市内の各農協本所・支所のいずれか

◎対 象 者　対象作物を生産（耕作）する農家、集落営農組織など

## 米に対する助成

【米の直接支払交付金】

生産数量目標の範囲内で主食用米を生産すると、15,000円/10aを交付します。

【米価変動補てん交付金】

平成25年産の販売価格が標準的な販売価格を下回った場合、その差額を補てんします。

## 水田活用の直接支払交付金

米の生産数量目標の達成にかかわらず申請することができますが、一部の作物を除き、出荷・販売を行う作物が対象です。

【戦略作物助成】

| 戦略作物区分 | 交付単価（10aあたり） |
|---|---|
| 飼料用米・米粉用米・WCS用稲 | 80,000円 |
| 麦・大豆・飼料作物 | 35,000円 |
| そば・なたね・加工用米 | 20,000円 |

【野菜等助成】

| 作物区分 | 交付単価(10aあたり上限) |
|---|---|
| 野菜、豆類、ケイトウ、すだち | 9,000円 |
| 花き、花木、果樹、特産、その他 | 7,000円 |
| 地力増進作物、景観形成作物 | 5,000円 |
| 産地育成加算作物（ブロッコリー、だいこん、菜の花、レタス） | 14,000円 |
| 産地育成加算作物（主食用米または戦略作物を作付けした水田に、レタスを作付けした場合） | 5,000円 |

このほか、二毛作助成(主食用米・備蓄米と戦略作物、または戦略作物同士の組み合せ)、耕蓄連携助成などの助成制度があります。

【問い合わせ先】　農業振興課(阿波)　経営所得安定対策担当　TEL.0883(35)4113

# 阿波市生涯学習講座です

●受講生募集　講座一覧●

## ７月からスタートする講座です。あなたも何か始めてみませんか？

■事務局に電話または FAX で申し込んでください。
■申し込みには必ず、氏名、住所、年齢、連絡先（電話番号）が必要です。
■生涯学習講座申し込み受け付け期間　6月3日（月）午前9時から14日（金）午後5時15分まで
■定員になり次第締め切ります。尚、昨年度受講された方については、初めての方を優先させていただきますので、ご了承ください。

阿波市生涯学習推進協議会
【事務局窓口】社会教育課（吉野）
TEL 088(696)3968／FAX 088(696)3277

## 野の花で生け花講座

道端にひっそりと咲いている草花。そんな可憐な花にひたすら愛情をそそいでいらっしゃる尾形先生。一輪の花に向かうと、さりげなく生きているその美しさに、心もいやされます。

| 日　程 | ７月～３月　初回　７月１日（月）<br>毎月第１・第３月曜日　14:00～15:30 |
|---|---|
| 場　所 | 土成コミュニティセンター　１階会議室<br>7月・2月・3月は市場コミュニティセンター大会議室 |
| 講　師 | 尾形　加代子 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 15名 |
| 受講料 | 無料（ただし、はさみ・花器・材料費等は自己負担） |

## ピラティス講座

自分の呼吸に合わせてゆったり身体を動かします。また二の腕や下半身など、気になる部分を引き締める運動等もピンポイントでご指導いただき、好評です！

| 日　程 | ７月～３月　初回　７月２日（火）<br>毎月第１・第３火曜日　13:30～14:40 |
|---|---|
| 場　所 | 吉野保健センター |
| 講　師 | ピラティススタジオ　Aya　代表　福島　訓子 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 15名 |
| 受講料 | 無料　※動きやすい服装でおこしください |

## 紅　茶　講　座

紅茶は種類はもちろん入れ方によっても味が変化します。冷たくて飲みやすいアイスティや、香りを楽しむフレーバーティ、ミルクティなど５種類の紅茶が味わえます。

| 日　程 | ９月３日（火）　13:30～15:00 |
|---|---|
| 場　所 | 土成保健センター |
| 講　師 | エシュロンティーハウス（紅茶専門店）<br>川原　史子 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 20名 |
| 受講料 | 無料（ただし、材料費は自己負担） |

## ガーデニング教室

いつも緑が身近にある生活を送りませんか？　基礎から学べるので、土をさわったことがない人にもお勧めです。

〔内容〕
9月：寄せ植え
10月：苔玉
11月：冬の玄関を飾る大きな寄せ植え

| 日　程 | 9月30日、10月28日、11月25日<br>月曜日　14:00〜15:30 |
|---|---|
| 場　所 | 吉野コミュニティセンター |
| 講　師 | 園芸研究家　生田　誠治 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 20名 |
| 受講料 | 無料(ただし､材料費は自己負担､1,500円程度) |

## 風景画の基礎・スケッチ講座（水彩）

四季折々の花や、旅先の美しい風景を、ただ眺めるだけではなく、絵で描きとめてみましょう。ものの見方やデッサンの仕方など、絵画の基本を習った後、水彩画として仕上げていきます。

| 日　程 | 7月〜3月　初回　7月4日(木)<br>毎月第1・第3木曜日　9:00〜11:30 |
|---|---|
| 場　所 | 吉野コミュニティセンター |
| 講　師 | 須藤　和利 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 15名 |
| 受講料 | 無料（ただし、スケッチブック6号・鉛筆HB〜2B・練り消しゴム等の材料費は自己負担) |

## まゆみ先生の節約・ヘルシークッキング教室

| 日　程 | 7月〜3月　初回　7月17日(水)<br>毎月第1水曜日（7･8･1月は第3水曜日)<br>10:00〜12:00 |
|---|---|
| 場　所 | 吉野保健センター |
| 講　師 | 節約カリスマ主婦　武田　真由美 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 20名 |
| 受講料 | 無料(ただし､材料費は自己負担500円／1回) |

カラダに優しく、お財布にも優しい！　家族もみんなで楽しめるヘルシー＆節約おうちごはん。『すてきな奥さん』、『ESSE』、『ワイヤーママ』でレシピを掲載されているまゆみ先生が「食費節約3step（かさまし技・代用技・使い切り技)」「節約食材使いこなし技」を直伝！

【参考メニュー】超ヘルシー☆アイデア串カツ　酢のものごはん　みそ汁など

## 手軽にできるフレンチ料理教室

フレンチ料理の人気店『ボンヌシャンス』のシェフ出口氏がプロの技を伝授。シェフにかかれば､フレンチをさっとお家で作れるレシピに変身?!　スーパーで買える食材を使って調理します。

参考メニュー
●9月　【ホワイトソースのバリエーション】シーフードコロッケ・グラタン・アサリのクリームスープパイ包み●10月は【魚料理】●11月は【肉料理】を予定しています。

| 日　程 | 9月24日、10月22日、11月19日<br>火曜日　10:00〜13:00 |
|---|---|
| 場　所 | 阿波保健センター |
| 講　師 | ボンヌシャンス　オーナーシェフ　出口　幹雄 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 20名 |
| 受講料 | 無料（ただし、材料費は自己負担<br>1,500円程度／1回) |

## バレエの先生が教えるストレッチ・エクササイズ

お仕事で、緊張しきった身体をほぐしていきませんか。楽しく、運動習慣を身につけましょう。ご指導は、バレエ歴？十年♪の十川先生です。活き活きとした体づくりをはじめよう！

| 日　程 | 7月〜3月　初回7月9日(火)<br>毎月第2火曜日　19:00〜20:00 |
|---|---|
| 場　所 | 土成トレーニングセンター |
| 講　師 | 阿波バレエスタジオ　ルレーヴ<br>代表　十川　智砂 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 20名 |
| 受講料 | 無料　※動きやすい服装でおこしください |

## 大人のマナー講座

今さら人に聞けない?! ことや、意外と知らないマナーについて楽しく学べます。
内容は、●訪問（慶弔）のマナー●お茶の出し方、頂き方●ハガキ返信の書き方などです。

| 日　程 | 7月～3月　初回7月25日(木)<br>毎月第4木曜日　14:00～15:30 |
|---|---|
| 場　所 | 久勝公民館 |
| 講　師 | 全日本作法会　教授　山下　恵津子 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 15名 |
| 受講料 | 無料（ただし、材料費は自己負担） |

## 親子でクッキー作り教室

お菓子は心のビタミン！親子で楽しみながら美味しいクッキーの作り方を習得し、幸せな時間をすごしませんか？

| 日　程 | 7月31日(水)　13:30～15:30 |
|---|---|
| 場　所 | 土成保健センター |
| 講　師 | 菓子工房　クレール<br>オーナーシェフ　岩野　光男 |
| 対　象 | 阿波市内在住の親子 |
| 定　員 | 16組 |
| 受講料 | 無料（ただし、材料費は自己負担） |

## 手芸・編み物講座

便利でおしゃれな 3WAY ショールを編もう！　まっすぐ長方形に編むだけで、ケープ風、ボレロ、ショールになります。編み物の基礎を学びながら楽しく作品を作っていきます。

| 日　程 | 7月～3月　初回　7月10日(水)<br>毎月第2水曜日　9:30～11:30 |
|---|---|
| 場　所 | 市場住民センター |
| 講　師 | 手芸の店おがわ　小川　和美 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 20名 |
| 受講料 | 無料（ただし、材料費等は自己負担） |

## 中国語講座

初心者の方にも分かりやすく、楽しみながら学べる講座です。この機会に一緒に中国語を学び、スキルアップしましょう！

| 日　程 | 7月～3月　初回　7月6日(土)<br>毎週土曜日　19:00～20:00 |
|---|---|
| 場　所 | 市場住民センター |
| 講　師 | 近藤　珠梨 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方 |
| 定　員 | 15名 |
| 受講料 | 無料（ただし､テキスト代 1,575 円は自己負担） |

## 親子で茶道教室

茶道は日本が世界に誇る伝統文化です。楽しくお茶をいただきながら、茶道の本随であるおもてなしの心を親子で一緒に学びましょう。

| 日　程 | 8月～12月　初回8月3日(土)<br>毎月第1･第3土曜日　10:00～11:30 |
|---|---|
| 場　所 | 土成コミュニティセンター |
| 講　師 | 島田　和子、鍬田　美代子 |
| 対　象 | 阿波市内の小学生と希望があればその保護者 |
| 定　員 | 20名 |
| 受講料 | 無料（ただし、茶菓子代300円／1回×10回分=3,000円　と茶道具を持ってない人は、道具代 2,000 円をまとめて初回に集めます） |

## 親子で天体観望会

親子で素晴らしい星の世界を探検しましょう！

**ターゲット**
金星（宵の明星）、リングが人気の土星、夏の星雲星団など

| 日　程 | 7月27日(土)　19:00～21:00<br>冬は12月に予定しています |
|---|---|
| 場　所 | 土成緑の丘スポーツ公園 |
| 講　師 | 城南高校教諭　秋山　治彦 |
| 対　象 | 阿波市内に住所を有する方(小学校3年生までは保護者同伴)<br>※社会人の方であれば、個人参加ＯＫです |
| 定　員 | 各50名 |
| 受講料 | 無料 |
| 受講料 | 必須：懐中電灯・虫除け<br>用意できれば：星座早見表・双眼鏡 |

# 阿波市観光協会です

【問い合わせ先】
阿波市観光協会（阿波市農村環境改善センター１階　阿波市役所北隣）
TEL/FAX　0883(35)4211
ホームページ　http://www.awa-kankou.jp
観光協会のtwitter　http://twitter.com/awa_kan
観光協会のfacebook
http://www.facebook.com.awakankou

阿波市観光協会
Awa City Tourist Association

## 「第2回阿波deフェスタ」で行われた「阿波の野菜クッキングコンテスト」♪

そこで入賞したレシピを毎月一つずつご紹介します。阿波市の野菜がたっぷり！　今夜のおかずにいかがですか？

グランプリ受賞作品「阿波ベジサラダピザ」
中川さやかさん・一輝君　作

### 材料　4人分

| 材料 | 分量 |
| --- | --- |
| レンコン | 300グラム |
| レタス | 3枚 |
| キャベツ | 3枚 |
| トマト | 1個 |
| ブロッコリー | 1／2房 |
| アスパラ | 2本 |
| えんどう | 8本 |
| 片栗粉 | 大さじ1 |
| 粉チーズ | 大さじ2 |
| トマトソース | 大さじ3 |
| チーズ入りドレッシング（シーザーサラダ用など） | 適量 |
| オリーブオイル | 適量 |

### 作り方

①ビニール袋に片栗粉と粉チーズと薄くスライスしたレンコンを入れ、袋を振って全体にまぶします。

②熱したフライパンにオリーブオイルを入れ、①を敷き詰めて両面がカリッとなるまで焼きます。

③②の上にトマトソースを塗り、ちぎったレタス、千切りキャベツ、串切りにしたトマト、茹でて切ったブロッコリーとアスパラ、えんどうをのせてドレッシングをかけます。

## あわみちゃんにギネス認定証が届きました♪

1月27日に長崎ハウステンボスで行われた「キャラクター大集合!-ギネスに挑戦」で、見事ギネスに登録され、観光協会に認定証が届きました。

あわみちゃん、ますます大張り切り！　これからも、よろしくお願いします♪

## 平成25年度阿波市観光協会会員を募集！

わたしと一緒に、阿波市の観光を盛り上げませんか？
お力をお貸しください。

一　　般　2,000円
個人事業所　5,000円
団体・法人　1万円
特別（市外）　1万円

ホームページのバナー広告も募集しています。
お気軽にお問い合わせください。

# 始めてみませんか？

## ＊無理をしないエクササイズ　～フィットネス・ヨガ～

どなたでも参加できる、無理をしないエクササイズを、健康と美容のために始めてみませんか。まずは、お電話ください。

●開催日時　毎週月曜日（祝日は休み）
午後8時～9時
●場　　所　市場町コミュニティーセンター
●指 導 者　尾崎ひとみ　インストラクター
●参 加 費　1回500円
●持 参 物　ヨガマット（バスタオル）
【問い合わせ先】TEL090(7145)8849

## ＊沖縄剛柔流空手

沖縄剛柔流空手　徹心館　土成道場（阿波市スポーツ少年団加盟）で、空手発祥の地・沖縄県以外では教わる機会の少ない　沖縄伝統武道「沖縄剛柔流空手」の体験をしてみませんか？

礼儀作法・空手の基本動作の習得・運動能力の向上を目的に指導をしています。ケガの心配もありません。興味のある方は、無料体験を随時行っていますので、お気軽に参加してください。

●場　　所　土成農業者トレーニングセンター
●時　　間　毎週火曜日（祝日を除く）
午後7時～8時30分
●費　　用　入会金5,000円　月会費2,000円
【問い合わせ先】今井（責任者）
TEL090(8972)3064

## ＊卓球　～市場シニアクラブ～

「市場シニア卓球クラブ」では、65歳～82歳までのメンバー13人が、ふれあいと健康第一をモットーに卓球を楽しんでいます。60歳以上の方で、興味のある方、ご連絡ください。ぜひ、一緒に楽しみましょう！

●日　　時　A　毎週月曜日・木曜日
B　毎週火曜日・金曜日
午後1時から3時30分
●場　　所　市場公民館2階
●内　　容　阿波市民の60歳以上の方で、多少卓球の経験のある方。参加費、年会費は無料です。
【問い合わせ先】代表者　前川重宣
TEL090(7578)4131





※課名の後ろにある（阿波）、（市場）、（土成）、（吉野）は、その課がある庁舎（市役所・支所）を示しています。

# ウグイスさんのフォトニュ〜ス

## 阿波西ソーラーヒルズ発電所7月稼働

出力約2メガワット（2千キロワット）の大規模太陽光発電所「阿波西ソーラーヒルズ発電所」が阿波町東長峰に建設されることになり、4月8日に安全祈願祭が行われました。

発電事業者のハンファQセルズジャパン株式会社は、4・2㌶の建設地に、太陽光パネル約6800枚を設置し、年間210万キロワット時（一般家庭580世帯分の年間消費電力相当）の発電量を7月から稼働する予定です。

## 神宮寺の牡丹まつり

ボタンの花で有名な土成町神宮寺で4月20日、「牡丹まつり」が開催され、記念イベントの腹話術やマジックショーを約100人が楽しみました。

これは、牡丹寺4カ寺の主催で、観音寺（鳴門市）・法音寺（つるぎ町）・萬福寺（藍住町）と神宮寺が持ち回りで毎年行っているものです。

境内ではボタンが豪華に咲き競い、イベント参加者と花見客でお寺は終日にぎわっていました。

## 花のボランティア活動

阿波オープンガーデンクラブのメンバー（檜美紀子会長　会員16人）が、瀬詰大橋北側県道沿い花壇の手入れをボランティアで始めました。

この花壇は近所の麻恒夫さんが奥さまと一緒に20年ほど手入れをされていました。「阿波市の玄関口をきれいにしておかなければ」という麻さんの意思を同クラブは引き継ぎ、草取りや木の剪定、ゴミ拾いを定期的に行う予定です。

檜会長は「花が好きな人ばかりなので、花苗など持ち寄って、花の名所にしたいですね」と話しています。

## まちをきれいに、元気にしよう

阿波町大道北から居屋敷（市役所南の県道沿い）の「阿波いちばん通り商店街」会員、25業者が「阿波いちばん通り商店街振興会」を立ち上げました。買い物客や地域の人に喜んでもらいたいと、4月25日に初めての事業として地域の美化活動をしました。

会長の丸若修平さんは「定期的な美化活動の他、ベンチの設置やミニコミ誌の発行などで、地域のための活動をしていきます」と話しています。

## 響け!ぽけっとソング♪

阿波市ティーンズボランティア「ぽけっと」が、ボランティアの楽しさと素晴らしさを伝えたいと「ぽけっとソング」をつくりました。

「ぽけっと」は、市内の若者が中心のボランティアグループです。「子どもフェスタ」の中心メンバーとして活躍するほか、さまざまな活動をしています。

♪少しの優しさでみんなが笑顔になれるよ♪の歌詞どおりの、楽しく優しいこの歌は、5月26日の「子どもフェスタ」で初披露されました。

## 御所園へ車いす寄贈

土成町の介護老人福祉施設「阿波老人ホーム御所園」へ切中静子さん（土成町秋月）が車いす10台を贈りました。

4月24日に行われた贈呈式で切中さんは「私は母がデイサービスでお世話になっている間、ここでボランティアをさせていただいています。母と幸せに暮らせるのも、皆さんから元気をいただいているお陰です」と話し、施設長の玉谷さんが「お花見や外食などのお出かけに、大切に使わせていただきます」とお礼を述べました。

## あわみちゃんも参加　春の交通安全キャンペーン

「春の全国交通安全運動」週間の4月6日～15日、市内各地で交通安全キャンペーンが行われました。

10日の朝7時30分から、阿波警察署前で「人の波キャンペーン」がありました。

阿波市交通安全協会員や阿波市職員・阿波署員ら60人が、通勤を急ぐ車に「全席シートベルト着用」「交通ルールを守ろう」などと書かれたプラカードを掲げて、安全運転を呼びかけました。

11日には阿北自動車教習所で高齢者の交通安全教室が開催され、阿波市シルバー人材センターの会員40人が参加しました。

参加者は、教習指導員とともにバイクや自転車に乗り、障害物のよけ方やバランスのとり方などの講習を受け、阿波市包括支援センター職員からの「若い頃より視力や体力が低下していることを自覚して運転することが大切です」という話を熱心に聞いていました。

12日には日開谷橋西詰めで、（株）四国部品と阿波教習所の職員、阿波署員、阿波市職員がのぼり旗を掲げ、阿波市交通安全立哨を行ないました。

## 「剣先を守って」願いを込めて植樹

平成23年の台風で甚大な被害を受けた善入寺島の剣先に、柳と竹が植えられました。

5月号で、大規模な復旧工事が2月に竣工したことをご紹介しましたが、より災害に強い護岸になるよう、吉野川善入寺土地改良区や市民ボランティアが約5000本の柳と、竹を約180㍍の長さに渡って植樹しました。

参加者は「柳と竹が丈夫な根を張って、水の浸入を抑制し、剣先を守ってほしい」と話していました。

## 電波を探せ！（ＡＲＤＦ）

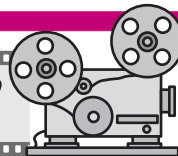
4月29日、「2013JARL徳島県支部ARDF競技大会」が、阿波町の土柱周辺で行われました。

ARDF（アマチュア無線方向探知）とは、小型受信機を使ってTX（無線送信機）を探し出すオリエンテーリングに似た競技です。県内外から41人が挑戦しました。

川添雄太郎（かわぞえゆうたろう）君（奈良育英学園　中学2年生）は「自分の最高記録は3つ。今回は4つ見つけたいです」と張り切っていました。

# 阿波市立図書館6月のカレンダー

■阿波図書館　TEL 0883-35-5101　■市場図書館　TEL 0883-36-6455
■土成図書館　TEL 088-695-5385　■吉野笠井図書館 TEL 088-696-4686

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | 1 |
| ☆ 開館時間のお知らせ ☆<br>４月から９月までの開館時間は、午前９時～午後７時です。<br>（※10月～3月は午後6時までです。） | | | | | | ◎おはなし会(市場)10:30～<br>◎「6月16日(日)は父の日！としょかんでおとうさんのにがおえをかこう☆」(吉野)～30日まで |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | 休館日(全館) | | | ◎歴史講座(市場)11:00～ | | ◎ベルの会おはなし会(阿波) 14：00～<br>◎ちぎり絵教室(市場)13:00～<br>◎「『ハッピー　ファーザーズ　デー』似顔絵メッセージカードプレゼント」(阿波)～16日まで |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| ◎ピアノ自動演奏会(阿波) 10:00～、13:00～<br>◎おはなしひろば(土成)10:30～ | 休館日(全館) | ◎阿波町・市場町ブックスタート(阿波保健センター) | | | | ◎おはなし会(市場)10:30～<br>◎こども映画会（阿波） 10：00～/14：00～ |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| ◎大人映画会（阿波） 15:00～ | 休館日(全館) | ◎「たなばたにねがいごとをしよう！」(吉野)～7月7日まで | | | ◎古文書解読講座(市場)10:00～ | ◎ベルの会七夕会(阿波) 14：00～<br>◎ちぎり絵教室(市場)13:00～<br>◎「☆たんざくに願い事を書こう☆」（土成）～7月7日まで<br>◎たけのこの会おはなし会（吉野笠井）11:00～ |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| ◎ピアノ自動演奏会(阿波) 10:00～、13:00～<br>◎みんなの映画会(市場) 10：00～<br>◎みんなの映画会きっず(市場) 14：00～<br>◎「たんざくにねがいをこめて☆」(市場)～7月7日まで | 休館日(全館) | | ◎「七夕飾り☆お星さまに願いをこめて☆」(阿波)～7月7日まで | | 館内整理日につき休館（全館） | |
| 30 | 〔図書館開館時間〕 4月～9月　午前9時～午後7時／10月～3月　午前9時～午後6時 | | | | | |

※入場は無料です。当日直接、図書館までお越しください。内容が変更になる場合があります。ご了承ください。

## 阿波図書館

**■こども映画会■**
・15日(土)　10:00～10:55／14:00～14:55
『ルーニー・テューンズ　命がけのクイズ・ショー』
ボクたちルーニー・テューンズ!!　キミのおきにいりキャラクターは!?「猫は負け犬」「いとしのバニー」「バッグスの大脱走」など、ルーニー・テューンズのキャラクターたちの楽しいお話全8話を収録。

**■大人映画会■**
・16日(日)　15:00～16:50
『異母兄弟』
大正10年、陸軍大尉である鬼頭範太郎は、その名の通り鬼隊長として恐れられていた。自分より下の者は虫ケラのように扱い威張り散らす。そのくせ上官には見苦しいほどにペこペこしていた。子ども二人にも、軍人になる教育ばかりをする。やがてお利江は範太郎に手ごめにされて身ごもり、範太郎の病妻つたは一郎司、剛次郎の二児を残して死んでしまう。範太郎は、ただ、世間体だけからお利江を後添えにしたが、あくまで女中としてしか扱わず、お利江が生んだ二人の息子も前妻の子どもと徹底的に差別した。お利江たちに与えられた部屋は台所の片隅。年月が経ち、息子たちが出征。そして、終戦を迎えた鬼頭家では…。
30代の三國連太郎が、70代を演じるために自ら歯を抜いて挑んだ作品！　三國　連太郎主演／1957年製作／日本

## 市場図書館

**■みんなの映画会きっず■**
・23日(日)　14:00～15:27
『ホートン　ふしぎな世界のダレダーレ　特別編』
ジャングルに暮らす想像力豊かな象のホートンは、ある日突然助けを求める声を聞くが、それはほこりの中にある小さな国“ダレダーレ国”から聞こえてくる声だった。ホートンはそのことを信じないほかの動物から笑われながらも、ダレダーレの国の住人たちを安全な場所へと連れて行くため、冒険の旅に出る。

**■みんなの映画会■**
・23日(日)　10:00～12:29
『力道山』
1944年、第二次大戦下の東京。“朝鮮人”という理由で先輩力士の執拗ないじめに苦しむ日々だった力道山は、ある日、一人の芸子・綾と運命の出会いを果たす。やがて、彼女の後見人で相撲界にも影響力を持つ実力者・菅野武雄から綾をもらい受け、２人は晴れて夫婦となる。相撲でも着実に結果を残し、大関確定と思われた力道山だったが、朝鮮人であることが大きな障害として立ちはだかる。力道山はそんな相撲界に見切りをつけ、国籍や人種に囚われることなく、自分の力を試せる場として西洋のスポーツ“プロレス”に活路を見出すのだった。
ソル・ギョング主演／2004年製作／韓国・日本合作

## ● 6月の催し物の案内 ●

### 阿波図書館

**■ピアノ自動演奏会**

日時： 9日(日)10:00〜／13:00〜　題目『邦楽ポップス　心もよう／井上陽水　など』
23日(日)10:00〜／13:00〜　題目『ウェスタン・ムービーヒット　荒野の七人　など』

**■「『ハッピー　ファーザーズ　デー』似顔絵メッセージカードプレゼント」**

期間：8日(土)〜16日(日)　対象：幼児〜中学生
期間中、本やビデオ･DVD･CD･カセットを借りてくださったお子さまに、似顔絵メッセージカードをお渡しします。
※お１人様１枚限りとさせていただきます。

**■「おはなしベルの会　七夕会」**

日時：22日(土)　14:00〜　おはなし会終了後、七夕の飾りつけを行います。

**■「七夕飾り　☆お星さまに願いをこめて☆」**

期間：26日(水)〜7月7日(日)　みなさんの願いごとを短冊に書いてください。館内の笹に飾ります。

**■「絵画教室アワ・アート作品展」**

期間：4日(火)〜29日(土)　場所：阿波図書館玄関ロビー　※入場無料
阿波市内の絵画教室アワ・アートの受講生による油彩画・水彩画を展示します。

### 市場図書館

**■「たんざくにねがいをこめて☆」**

期間：23日(日)〜7月7日(日)　期間中、短冊を募集します。ねがいがかないますように……☆

### 土成図書館

**■「☆たんざくに願い事を書こう☆」**

期間：22日(土)〜7月7日(日)

### 吉野笠井図書館

**■「6月16日(日)は父の日！としょかんでおとうさんのにがおえをかこう☆」**

募集期間：１日(土)〜15日(土)　展示期間：８日(土)〜30日(日)
似顔絵を描いてくださったお子さまには、父の日のプレゼントを用意しています。

**■「たなばたに　ねがいごとをしよう！」**

期間：18日(火)〜7月7日(日)
期間中、図書館にたんざくを用意しています。思いを込めて、願いごとを書いてみましょう☆

## 6月の特集

| 図書館 | 児童 | 一般 |
|---|---|---|
| 阿波図書館 | 児童・・・おてんきのおはなし | 一般・・・泣きたい気分 |
| 市場図書館 | 児童・・・あめがふってきた♪ | 一般・・・水無月　〜イメージカラーはブルー〜 |
| 土成図書館 | 児童・・・今日のお天気な〜にかな？ | 一般・・・ペットの飼い方・育て方 |
| 吉野笠井図書館 | 児童・・・あめのひ、だいすき | 一般・・・ジメジメいや〜な梅雨に負けるな！ |

## 各図書館より新刊のおしらせ

たくさんの方が図書館に来てくださいますよう、新刊の一部を紹介いたします。
貸出中の本は予約ができます。また、他館の本も取り寄せできます。

### 阿波市立図書館４館共通

- 小　説・「深海の夜景」　森村　誠一／著
- 小　説・「シンクロニシティ(法医昆虫学捜査官２)」　川瀬　七緒／著
- 小　説・「脊梁山脈」　乙川　優三郎／著
- 絵　本・「チリとチリリちかのおはなし」　どい　かや／作

### 市場図書館

- 教養書・「面白いほどよくわかる！自分の心理学」　渋谷　昌三／著
- 実用書・「ハーブ・スパイスの事典」　成美堂出版編集部／編
- 小　説・「リトル」　山本　高史／著
- 絵　本・「ミルフィーユちゃん」　さとう　めぐみ／作・絵

### 吉野笠井図書館

- 教養書・「AB型男の取扱説明書(トリセツ)」　神田　和花／著
- 実用書・「よくわかる股関節・骨盤の動きとしくみ」　國津　秀治／著
- 小　説・「彼女の血が溶けてゆく」　浦賀　和宏／著
- 絵　本・「ラファエロ」　ニコラ・チンクエッティ／文

### 阿波図書館

- 教養書・「石仏・石の神を旅する」　吉田　さらさ／著
- 実用書・「『園芸店で買った花』をすぐ枯らさない知恵とコツ」　主婦の友社／編
- 小　説・「悲痛伝」　西尾　維新／著
- 絵　本・「わにわにとあかわに」　小風　さち／ぶん

### 土成図書館

- 教養書・「マタギとは山の恵みをいただく者なり」　田中　康弘／著
- 実用書・「肩・首のこりをしっかり治すコツがわかる本」　黒田　栄史／監修
- 小　説・「わりなき恋」　岸　惠子／著
- 絵　本・「明けない夜はないから」　宮城県の子どもたち＋荒井良二／絵

# 6月の健康だより

●保健事業のお問い合わせは● 阿波市健康福祉部　健康推進課（市場）　TEL:0883-36-6815

※会場のＨは保健センター、Ｃはコミュニティセンターの略です。

## まむしにご注意!!

阿波市では、次の場所に10月31日まで、乾燥まむしウマ抗毒素（まむし血清）の保管をしています。

●阿 波 病 院　市場町
TEL 0883（36）5151

●ますだ薬局　吉野町
TEL 088（696）2129

●笠井中央エスエス薬局
土成支店　土成町
TEL 088（695）3767

☆それ以外の期間は、原則として吉野川保健所で保管しています。

## 母子・乳幼児健診／相談

| 日 | 受付時間 | 事　業　名 | 会場 |
|---|---|---|---|
| 4日（火） | 12:30～13:00 | １歳６カ月児健診 | 阿波Ｈ |
| 11日（火） | 12:30～13:00 | 乳児健診 | 阿波Ｈ |
| | 14:30～15:00 | 乳幼児相談 | |
| 18日（火） | 12:30～13:00 | ３歳児健診 | 土成Ｈ |
| 19日（水） | 12:30～13:00 | 乳児健診 | 土成Ｈ |
| | 14:30～15:00 | 乳幼児相談 | |
| 21日（金） | 12:30～12:45 | パパママクラス | 土成Ｈ |
| 27日（木） | 12:30～13:00 | ２歳児健診 | 市場Ｃ |

## 食中毒に気をつけて！　～家庭でできる食中毒予防～

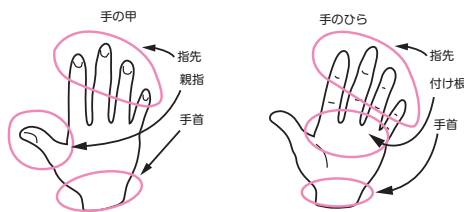
### 予　防　の　三　原　則

**清　潔** つけない！

**迅速・冷却** ふやさない！

**加熱・殺菌** やっつけろ！

### 食中毒を防ぐために手洗いが基本です。

汚れが残りやすいところを意識して洗いましょう。

### 1．購入・保存時に気をつけること

●肉・魚・野菜などは新鮮なものを購入する（消費期限などを確認しましょう）。

●肉や魚はビニール袋や容器に入れて保存し、冷蔵庫内のほかの食品に水分が漏れてつかないようにしましょう。

●冷蔵や冷凍が必要な食品は、適切な温度で保存するようにしましょう。

詰めすぎると庫内の適温が保ちにくくなります（冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫はマイナス15℃以下に庫内温度を維持するようにしましょう）。

庫内に入れる食品の量は、７割程度が目安です。

### 2．調理のときに気をつけること

●食品や手指・調理器具はしっかり洗い清潔にしましょう。

●包丁やまな板は、生食用の食品（野菜・果物など）を調理したあとで、肉や魚を調理するようにしましょう。

●冷凍食品は使う分だけ解凍（電子レンジ・冷蔵庫・流水などで）し、すぐに調理しましょう。一度解凍した食品の再冷凍はやめましょう。

●加熱して調理する食品は中までしっかり火を通しましょう。

### 3．食事のときに気をつけること

●清潔な手で、清潔な器具を使い、清潔な食器に盛りつけるようにしましょう。

●温かい料理は温かいうちに、冷たい料理は冷たいうちに、作った料理は早めに食べるようにしましょう。

●調理した食品を冷蔵庫で保存する場合は、十分に冷ましてから冷蔵庫に入れるようにしましょう。

# 休日および平日夜間 救急当番医

| 日 | 医　療　機　関 |
|---|---|
| 1日（土） | 大﨑皮膚科 |
| 2日（日） | 御所診療所 |
| 3日（月） | 阿波病院 |
| 4日（火） | 水谷クリニック |
| 5日（水） | 大久保内科（市場） |
| 6日（木） | 大野病院 |
| 7日（金） | 阿波病院 |
| 8日（土） | 乾内科外科 |
| 9日（日） | 大﨑皮膚科 |
| 10日（月） | 阿波病院 |
| 11日（火） | 赤池内科 |
| 12日（水） | 森下医院 |
| 13日（木） | 大久保医院（吉野） |
| 14日（金） | 阿波病院 |
| 15日（土） | 林内科医院 |
| 16日（日） | さかまき整形外科 |
| 17日（月） | 阿波病院 |
| 18日（火） | 中山医院 |
| 19日（水） | 重清医院 |
| 20日（木） | さかまき整形外科 |
| 21日（金） | 阿波病院 |
| 22日（土） | 近藤医院 |
| 23日（日） | 阿波病院 |
| 24日（月） | 阿波病院 |
| 25日（火） | 御所診療所 |
| 26日（水） | 金塚内科 |
| 27日（木） | 笠井病院 |
| 28日（金） | 阿波病院 |
| 29日（土） | 小笠原医院 |
| 30日（日） | 重清医院 |

| | |
|---|---|
| 平　　日 | 午後７時～午後11時まで |
| 日曜･祭日 | 午前９時～午後11時 |

# 当番医連絡先

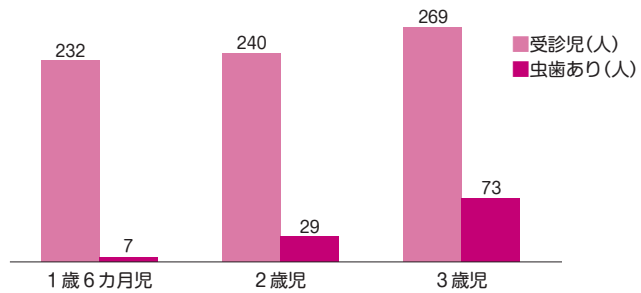
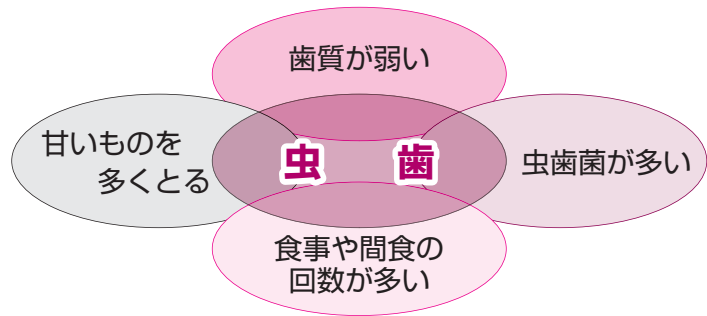
| 医療機関名 | 電話番号 |
|---|---|
| 大﨑皮膚科 | 0883－35－6468 |
| 御所診療所 | 088－637－8033 |
| 阿波病院 | 0883－36－5151 |
| 水谷クリニック | 088－696－5507 |
| 大久保内科(市場) | 0883－36－3020 |
| 大野病院 | 088－695－2112 |
| 乾内科外科 | 088－695－5006 |
| 近藤医院 | 0883－36－2011 |
| 赤池内科 | 0883－36－6565 |
| 森下医院 | 0883－35－5656 |
| 大久保医院(吉野) | 088－696－2037 |
| 林内科医院 | 0883－35－6226 |
| さかまき整形外科 | 0883－35－7880 |
| 中山医院 | 088－696－4662 |
| 重清医院 | 0883－35－6160 |
| 金塚内科 | 088－695－5858 |
| 笠井病院 | 0883－35－2720 |
| 小笠原医院 | 0883－36－2030 |

※当番医、あるいは中央広域連合中消防署（TEL088-695-2149）で必ずご確認のうえ受診してください。変更になる場合があります。

# 6月4日は虫歯予防デー

## 阿波市の3歳児、4人に1人(27.1%)が、虫歯あり!

年齢が上がるほど、虫歯がある人数が増えています。

### 阿波市の現状（平成24年度）

### 虫歯ができる!! 4つの条件　～4つの条件が重なった中心が虫歯～

### 歯　の　役　割

・食べ物をかみくだき、だ液の出をよくして消化しやすい状態にします。
・かむことで舌の使い方を覚え、顔の周りやあごの筋肉を発達させて、ことばの発音の発達につながります。

### 歯磨きの習慣を身につけましょう

・食後は必ず歯磨きをしましょう。
・歯磨きは、楽しい雰囲気でしましょう。
・つもり磨きをしていませんか？　磨けていなくても、歯磨き剤の清涼感によって口の中がさっぱりし、磨いたつもりになりがちです。前歯の裏側や奥歯の裏側、奥歯のかみ合わせ、歯と歯ぐきの間は、磨き残しが多くなりがちです。注意しましょう。
・歯磨きができない場合は、ブクブクうがいをしましょう。

阿波市では、幼児（１歳６カ月、２歳、３歳児）健診時にフッ素塗布をしています。

「フッ素」は魚介類や肉類などに含まれていて、歯や骨の形成に欠かせないものですが、歯に直接作用するほどの量を食事だけでとることは難しく、フッ素入りの歯磨き剤やうがい薬が売られています。フッ素は、虫歯の進行を食い止めるといわれています。

●健診対象者には、健診日の約２週間前に個人通知をしますので、健診は、必ず受診しましょう。



※課名の後ろにある(阿波)、(市場)、(土成)、(吉野)は、その課がある庁舎(市役所･支所)を示しています。

# 6月番組予定

アナログ：2ch
デジタル：111ch
デジタル：112ch（文字放送）

<table>
<tr><th>午前</th><th>月・火・水・木</th><th>金</th><th>土・日</th></tr>
<tr><td>6</td><td colspan="3">00 阿波市民憲章、文字放送〜</td></tr>
<tr><td>6〜7</td><td>30ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・平成25年第2回阿波市議会<br>・テレビミュージアム<br>・マンスリーニュース(5月)</td><td>30お花ダイスキ!<br>シネマ☆クロス</td><td>30ACN週刊ニュース<br>★阿波市内で<br>行われた行事を<br>放送！</td></tr>
<tr><td>8</td><td colspan="3">00 阿波踊り体操（認知予防編）<br>30 文字放送</td></tr>
<tr><td>9</td><td colspan="3">00（再放送）ＡＣＮ週刊ニュース<br>前週土・日放送分の再放送です。<br>見逃した方はこの時間でチェック！</td></tr>
<tr><td>10</td><td colspan="3">00 番組詳細案内(1分)</td></tr>
<tr><td>10</td><td>01ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・平成25年第2回阿波市議会<br>・テレビミュージアム<br>・マンスリーニュース(5月)</td><td>01お花ダイスキ!<br>シネマ☆クロス</td><td>01ACN週刊ニュース<br>★阿波市内で<br>行われた行事を<br>放送！</td></tr>
<tr><td>11</td><td colspan="3">00 文字放送</td></tr>
<tr><td>午後</td><td colspan="3">30 週刊あわのかわらばん</td></tr>
<tr><td>0</td><td colspan="3">00 県政アンテナテレビ　とくしまハーツ</td></tr>
<tr><td>0〜1</td><td>30ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・平成25年第2回阿波市議会<br>・テレビミュージアム<br>・マンスリーニュース(5月)</td><td>00お花ダイスキ!<br>シネマ☆クロス</td><td>00ACN週刊ニュース<br>★阿波市内で<br>行われた行事を<br>放送！</td></tr>
<tr><td>2</td><td colspan="3">00 阿波踊り体操（ロコモティブシンドローム編）<br>30 週刊あわのかわらばん</td></tr>
<tr><td>3</td><td colspan="3">00（再放送）ＡＣＮ週刊ニュース<br>前週土･日放送分の再放送です。見逃した方はこの時間でチェック!</td></tr>
<tr><td>4</td><td colspan="3">00 番組詳細案内（1分）</td></tr>
<tr><td>4</td><td>01（再放送）ACN特番<br>◆前週放送分の再放送です。<br>詳細は番組案内を確認！</td><td colspan="2">01 県政アンテナ　とくしまハーツ<br>30 週刊あわのかわらばん</td></tr>
<tr><td>5</td><td colspan="3">00 文字放送〜<br>30 サイエンスチャンネル</td></tr>
<tr><td>6</td><td colspan="3">00 文字放送</td></tr>
<tr><td>6〜7</td><td>30 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・平成25年第2回阿波市議会<br>・テレビミュージアム<br>・マンスリーニュース(5月)</td><td>30 お花ダイスキ!<br>シネマ☆クロス</td><td>30 ACN週刊ニュース<br>★阿波市内で<br>行われた行事を<br>放送！</td></tr>
<tr><td>8</td><td colspan="3">00（再放送）ＡＣＮ週刊ニュース<br>前週土･日放送分の再放送です。見逃した方はこの時間でチェック!</td></tr>
<tr><td>9</td><td colspan="3">00 阿波市民憲章、阿波踊り体操（寝たまま編）</td></tr>
<tr><td>9〜10</td><td>30 ACN特番<br>◆主な放送予定の番組<br>・平成25年第2回阿波市議会<br>・テレビミュージアム<br>・マンスリーニュース(5月)</td><td>30 お花ダイスキ!<br>シネマ☆クロス</td><td>30 ACN週刊ニュース<br>★阿波市内で<br>行われた行事を<br>放送！</td></tr>
<tr><td>11</td><td colspan="3">00 文字放送</td></tr>
<tr><td>12</td><td colspan="3">00 ジャパネットチャンネルDX<br>翌朝、６時まで放送！</td></tr>
</table>

※番組の詳細はＡＣＮホームページ及びデジタルTV番組表（EPG番組表）にてお知らせします。
なお、ＡＣＮ各事務所、市役所本庁、各支所、図書館、公民館に２週間分の番組表を設置していますので、ご利用ください。
※ＡＣＮ特番は月・火と水・木で同じ放送内容となります。
※各番組放送終了後は、文字放送を放送します。
※番組(開始時間、内容)は予告なく変更することがありますので、ご了承ください。
【問い合わせ先】ACN　TEL.088(695)5350

# 阿波市ケーブルネットワーク 広告放送募集中

阿波市ケーブルネットワークでは、広告放送を募集しています。
事業者または個人を問いませんので、ご応募をお待ちしております。詳しくは、下記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】阿波市ケーブルネットワーク（ACN）
TEL.088(695)5350

## がんばれ！ 徳島ヴォルティス

（ポカリスエットスタジアムでのゲーム日程）

6月14日（金）対　松本山雅ＦＣ
6月22日（土）対　ジェフユナイテッド千葉

【問い合わせ先】　徳島ヴォルティス　TEL.088-672-7339



# 第2回 ホタル祭りを開催します

ホタルが織りなす幻想的な光の舞いをご覧になりませんか？
「第2回　清流・大久保谷川ホタル祭り」を開催します。

**開催日**　6月15日（土）〜16日（日）
午後7時30分から
※14日は前夜祭、15日は午後7時からもち投げを予定しています。

**場　所**　阿波町北内谷南・大久保谷ダム下流周辺
（貴布祢神社北500m）
※大規模農道に設置された案内板をご覧ください。

「大久保谷川ホタル保存会」は、地元の隠れた名所を多くの人に知ってもらいたいと、幼虫のエサである「カワニナ」を約5000匹放流したり、川の清掃をしたりして環境保全を努めてきました。初夏の一夜、ホタルたちと共に皆さまをお待ちしています。

主催　ホタル祭り実行委員会　事務局（吉村）　TEL 0883(35)2695

## 平成26年 阿波市成人式開催のご案内

**阿波市では、平成26年成人式を次のとおり実施します。**

**日　時**　平成26年1月2日（木）　午前10時〜
**場　所**　阿波農村環境改善センター
**対象者**　平成5年4月2日〜平成6年4月1日生まれで阿波市内に住民票を有する方

※ただし、市外に住民票がある方で、阿波市の成人式に参加を希望される方は、社会教育課（吉野）までお問い合わせください。

### あなた自身の成人式をつくってみませんか？（阿波市成人式実行委員募集）

平成26年成人式を中心になって企画・運営する実行委員を募集します。新成人の代表として成人式を盛り上げてみませんか？　ご希望の方は左記まで電話でお申込みください。あなたのご応募をお待ちしています。

●**対象者**
平成5年4月2日〜平成6年4月1日生まれで、実行委員会（成人式までに3回ほど予定、主に土・日曜日に開催）にできる限り毎回参加可能な方。

●**募集人員**
16名程度（各町4名ずつ）

●**申し込み・問い合わせ先**
社会教育課（吉野）
阿波市吉野町西条字大西60番地1
TEL　088（696）3968

今年の成人式実行委員の皆さん

## 六月編　ウグイスばあちゃんの知恵袋

花嫁さんの白無垢姿は、きれいでよなあ。あれは神に仕える結婚式で、神を祭る人として、女性（花嫁）は清潔で汚れのない「白」の着衣をまとう、っちゅう考えが白無垢や角隠し、ドレスに引き継がれとんでよ。

「お色直し」は、結婚式で神に仕えていた花嫁が、役割を終えて人間界に戻ってきたことを知らせるためのもんじゃそうな。ほなけん、1回でええんじゃけど、何回も着替える人もおる。見せてもらう方は楽しいけんど、着る人は大変やろうなあ。

花嫁さんと反対にいつも「黒」を着とんが、裁判官じゃ。これは「法服」っちゅうて、裁判官の制服じゃって。「どんな色にも染まらん」「どんな意見にも左右されん」っちゅう意味らしいでよ。

**広告を掲載しませんか？**
「広報阿波」は毎月14,000部が市内全域に配布されています。詳しくは秘書人事課（阿波）TEL.0883(35)7870 までお問い合わせになるか、阿波市ホームページをご覧ください。





※課名の後ろにある（阿波）、（市場）、（土成）、（吉野）は、その課がある庁舎（市役所・支所）を示しています。

## No.69 阿波市のトリです ウグイスさん
## カビにご注意………の巻

## うちの子一番♪

市場町　モコちゃん

阿波町　さくらちゃん

土成町　はなちゃん

阿波町　モモちゃん

阿波町　ココアちゃん

阿波町　イヴちゃん

## 広報クイズ

答えはなに？
今月号をよ～くご覧ください。Q

①阿波市学校給食センターは「Awa○ Our○」。○の中の漢字は何？
②「緊急速報○○○」を開始しました。○の中のカタカナは何？

**応募方法**
はがきにクイズの答えとあなたの住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、また広報へのご意見、ご感想などをお書きいただき、お送りください。
抽選で5人の方に図書カードが当たります。

**応募先**　〒771-1792　徳島県阿波市阿波町東原173番地
阿波市役所　広報クイズ係

**締め切り**　6月20日（木）必着

※応募は、1人につき1通に限ります。
※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。
多数の方のご参加、お待ちしています！



## 阿波市のうごき

■平成25年4月末現在人口
（住民基本台帳によるもの）

| | | |
|---|---|---|
| 男 | 19,251人 | （－ 2） |
| 女 | 21,129人 | （－33） |
| 計 | 40,380人 | （－35） |

■世帯：15,019世帯（　8）

平均年齢：48.7歳（　）内は前月比

■転入等：143人　■出生：17人
■転出等：156人　■死亡：39人

## 今月の納税・保険料

| 市県民税 | 介護保険料 |
|---|---|
| 第一期 | 第二期 |
| 納期限 | 7月1日（月） |

■発行　阿波市役所
■編集　総務部　秘書人事課
■〒771-1792 徳島県阿波市阿波町東原173番地
TEL.0883-35-7870 FAX.0883-35-6080
■印刷　徳島県教育印刷株式会社
（乱丁・落丁広報紙についてはお取り替えいたします）